

BUKU PINTAR AGAMA BUDDHA Tanhadi

oleh : **Tanhadi**

Buku Pintar Agama Buddha (A 1)

KELOMPOK : A (1)

Abayapadasankhappa : Pikiran yang bebas dari kebencian dan selalu berpikir untuk membahagiakan makhluk lain.

Ābhassara /(skt. **abhasvara**) : 1). Alam Cahaya, 2). Cahaya.

Alam para Brahma yang bersinar, merupakan makhluk yang hidup dari ciptaan batin (mano maya), diliputi kegiuran, memiliki tubuh yang bercahaya, melayang-layang diangkasa, hidup dalam kemegahan.

Abhaya/(skt. **Abraya**): Tidak merasa takut, aman, keselamatan.

Abhayadāna/(skt.**Abrayadana**) : Pemberian rasa aman.

Kata-kata yang memberi keyakinan dan ketenangan akan ketakutan seseorang terhadap hal-hal yang mungkin bisa terjadi.

Abhidhamma/(skt. **abhidharma**) : 1). Ajaran Sang Buddha yang lebih tinggi, 2). Uraian Metafisik, 3).

Filosofi/Ilmu Jiwa.

Abhidhamma Pitaka ini terdiri dari 7 Buku, yaitu :

1. Dhammasangani : Klasifikasi Dhamma ; perincian Dhamma-Dhamma, yakni unsur-unsur atau prosesproses batin.

2. Vibhanga : Analisis kebenaran tertinggi ; perbedaan atau penetapan. Pendalaman mengenai soal-soal dalam Dhammasangani dengan metode yang berbeda. Buku ini terbagi menjadi 8 bab (vibhanga) dan masing-masing mempunyai 3 bagian.

3. Dhatukatha : Kotbah tentang unsur-unsur ; penjelasan mengenai unsur-unsur, yaitu mengenai unsur-unsur batin dan hubungannya dengan kategori lain. Buku ini terbagi menjadi 14 bagian.

4. Puggala Pannati : Kitab tentang individual ; penjelasan mengenai orang-orang, terutama menurut tahap tahap pencapaian mereka sepanjang Jalan. Dikelompokkan menurut urutan bernomor, dari kelompok satu sampai sepuluh, seperti sistem dalam Kitab Anguttara Nikaya.

5. Kathavatthu : Pemurnian doktrin Buddha Dhamma ; pokok-pokok pembahasan, yaitu pembebasan dan bukti-bukti kekeliruan dari berbagai sekte (aliran-aliran) tentang hal-hal yang berhubungan dengan theologi dan metafisika. Terdiri atas 23 bab yang merupakan kumpulan percakapan- percakapan (katha).

6. Yamaka : Kitab tentang hal-hal yang berpasangan ; kitab pasangan, yang oleh Geiger disebut logika terapan. Pokok masalahnya adalah psikologi dan uraiannya disusun dalam pertanyaan-pertanyaan berpasangan. Kitab ini terbagi menjadi 10 bab yang disebut Yamaka.

7. Patthana : Kitab tentang sebab yang berhubungan ; kitab hubungan, yaitu analisa mengenai hubunganhubungan (sebab-sebab dan sebagainya) dari batin dan jasmani yang berkenaan dengan 24 paccaya (kelompok sebab- sebab).

Abhijjhā /(skt. **abhidhyā**): Ketamakan, keserakahan.

Abhiññā /(skt. **abhiññā**): Kemampuan batin.

Abhiññā adalah kemampuan batin yang lebih tinggi, yang hanya dapat dimiliki oleh mereka yang berhasil dalam meditasi, bila kehidupan yang lampau maupun saat ini ia sukses dalam meditasi, maka sisa kemampuan itu masih dapat terlihat dalam kehidupan yang sekarang. Pencapaian Abhiññā sangat beragam bagi setiap orang, karena berkaitan dengan obyek meditasi yang digunakannya ketika bermeditasi.

Contoh : Bila kita menggunakan obyek zat padat (paṭhavi), maka kita dapat membuat segala sesuatu menjadi padat, walaupun orang lain melihatnya sebagaimana adanya, misalnya seseorang yang dapat berjalan diatas air, baginya air itu telah menjadi padat, tetapi orang lain mengatakan/melihat ia sedang berjalan diatas air. Dalam pencapaian kemampuan batin ini, Karma pada kehidupan yang lampau sangat kuat pengaruhnya, ada seseorang yang belum lama bermeditasi telah mencapai keadaan ini, tetapi bagi karmanya yang kurang baik, akan sangat kesulitan untuk bermeditasi dan kemampuannyapun sangat terbatas.

Macam-macam Abhiññā

Memiliki Abhiññā adalah sangat berguna bagi seseorang untuk memperluas dan memperdalam pandangan kita tentang kehidupan, alam semesta serta dapat menembus “Pengertian” yang selama ini belum dimengerti. Penggunaan Abhiññā ini harus sesuai dengan Sila, karena kemampuan ini bisa merosot dan lenyap jika kita melanggar sila.

Chalabhiññā adalah enam macam kemampuan batin, yaitu :

1. Kemampuan batin fisik (Iddhividhi/iddhividha)

Yaitu : seseorang mengarahkan pikirannya pada bentuk iddhi, ia bisa menjadi banyak orang, dari banyak orang kembali menjadi satu lagi, ia berjalan menembus dinding, benteng atau gunung, ia dapat menyelam dan muncul melalui tanah, ia dapat menghilang, berjalan diatas air, dengan duduk bersila ia dapat melayanglayang diangkasa, dengan tangan ia menyentuh matahari, ia juga dapat dengan tubuhnya mengunjungi alamalam dewa.

Manfaatnya :

Dengan kemampuan ini; kita dapat melakukan banyak perbuatan baik untuk menolong orang lain yang letaknya jauh dari keramaian /terpencil, sehingga ketika orang tersebut membutuhkan bantuan kita (emergency), dengan segera/ secepat itu pula kita sudah berada disana untuk memberikan pertolongan kepadanya.

2. Telinga dewa (Dibbasota)

Yaitu : kemampuan mendengar suara-suara manusia maupun dewa, yang jauh atau dekat.

Manfaatnya :

Dengan kemampuan ini; kita dapat mendengar percakapan makhluk-makhluk disekitar kita ataupun yang jaraknya jauh, sehingga kita bisa mendapatkan informasi dengan cepat.

3. Membaca Pikiran (Cetopariyañāna/paracittavijañāna)

Yaitu: kemampuan untuk mengetahui pikiran makhluk lain, termasuk pikiran orang lain.

Manfaatnya :

Dengan kemampuan ini kita dapat membaca/mengetahui pikiran orang lain, sehingga memungkinkan kita dapat memecahkan persoalan orang lain, walaupun orang tersebut tidak mau membuka rahasianya. Demikian pula dengan memiliki kemampuan batin ini, kita tidak dapat ditipu orang lain yang hendak berbuat jahat.

4. Mengingat kembali kehidupan-kehidupan yang lampau (Pubbenivāsānussati)

Yaitu : Kemampuan untuk mengingat kehidupan yang lampau dari satu kelahiran sampai ribuan kelahiran secara lengkap, tempat, keluarga, nama, suku bangsa, kebahagiaan, penderitaan, batas umur, banyak masa perkembangan dan kehancuran bumi.dsb.

Manfaatnya :

Dengan kemampuan ini ; kita dapat menjawab banyak masalah yang berkaitan dengan kehidupan masa lampainya ataupun riwayat hidup para Buddha dan para siswanya. Dengan Abhiññā inipun kebenaran kitab suci dapat diuji.

5. Mata dewa (Dibbacakkhu)

Yaitu : kemampuan untuk melihat apa yang bakal terjadi dimasa yang akan datang, memungkinkan seseorang untuk melihat benda-benda atau makhluk-makhluk surgawi dan duniawi, jauh atau dekat, yang tak kasat mata. Kemampuan untuk mengetahui tentang kematian dan kelahiran makhluk, mengapa ada makhluk yang terlahir sengsara, menderita, atau makhluk terlahir dialam neraka, terlahir menyenangkan, bahagia atau terlahir dialam surga.

Manfaatnya :

Dengan Mata dewa (Dibbacakkhu); kita dapat membantu seseorang untuk melihat kelahiran-kelahiran makhluk-makhluk, mengapa seseorang bernasib seperti ini dan itu, mengapa seseorang berwajah buruk, ganteng, cantik, sehat dsb. Kitapun dapat mengetahui kehidupan seseorang dimasa yang akan datang, melacak keberadaan seseorang setelah meninggal dan kemana ia akan terlahir kembali sesuai dengan karmanya sekarang ini. Kita juga dapat membuktikan sendiri apakah 31 alam kehidupan itu betul atau tidak dsb.

6. Pelenyapan kekotoran batin (Āsavakkhayanana)

Yaitu : kemampuan yang hanya dimiliki oleh seorang arahat, Pacceka Buddha atau Sammasambuddha.

Kemampuan ini tidak dapat dihasilkan oleh Samatha bhavana atau dengan mencapai jhana, kemampuan ini hanya dapat dicapai dengan melaksanakan Vipassana Bhavana.

Manfaatnya :

Adalah lenyapnya semua kekotoran batin, ia mencapai penerangan agung (bodhi) dalam pengertian sebagai orang suci yang bila meninggal dunia tidak akan terlahir kembali.

Bahayanya :

Seseorang yang memiliki Abhiññā sering dikenal sebagai orang sakti , Orang sakti belum tentu suci ia telah mencapai kesucian, dan ada kemungkinan masih mempunyai keinginan untuk memuaskan nafsu-nafsunya, sehingga dapat merugikan orang lain. Orang sakti yang tidak bermoral, kesaktiannya dapat luntur, tetapi kesaktian orang suci tak akan pernah luntur karena orang suci tidak akan melakukan perbuatan yang melanggar sila.

Kemampuan-kemampuan batin ini seolah-olah mustahil bagi pikiran manusia modern(No. 1 s/d 5). Tapi perlu diingat bahwa semua kemampuan 1 s/d 5 ini bukanlah merupakan Tujuan dari ajaran Sang Buddha, namun yang terpenting adalah kemampuan no.6, yaitu melenyapkan kekotoran batin secara mutlak atau mencapai nibbana.

Abhithana /(skt.Abhithana) : 6 macam perbuatan Durhaka. yaitu:

1. Matughata : Membunuh Ibu.

2. Pitughata : Membunuh Ayah

3. Arahantaghata : Membunuh Arahant

4. Lohituppada : Melukai diri Sang Buddha sehingga meneteskan darahnya Keluar

5. Sanghabheda : Memecah belahkan Sangha

6. Annasatthuddesa : Mengikuti dan mengajarkan agama-agama lain (hanya untuk para Bhikkhu).

Abhūta/(skt. Abhūta): Palsu.

Abyāpāda/(skt.Avyāpāda): Cinta kasih, kehendak baik atau penuh kebajikan untuk melawan kebencian, keinginan jahat atau keenggan.

Nafsu lain yang paling memberontak yaitu kemarahan, keenggan, keinginan jahat atau kebencian yang dalam bahasa Pali semuanya disebut byapada. Ia menghancurkan baik orang yang memilikinya maupun yang lain. Kata abyapada dalam bahasa Pali, secara harafiah berarti “ tanpa permusuhan”, sesuai dengan kebajikan yang paling indah Mettā (Skt. Maitri) yang berarti cinta kasih atau kehendak baik terhadap semua makhluk tanpa kecuali. Ia yang pikirannya penuh cinta kasih tidak akan mempunyai kebencian kepada siapapun. Bagaikan seorang ibu yang tidak membedakan antara dirinya dan anak tunggalnya, melindungi sampai bahkan jika harus mengorbankan hidupnya, demikianlah pengembara yang mengikuti jalan tengah memancarkan pikiran cinta kasihnya menyamakan diri sendiri dengan pihak lain. Metta Sang Buddha mencakup semua makhluk hidup, termasuk binatang.

Ācariya/(skt. ācārya) : Guru, Pembimbing.

Acariya-Mutthi : Ajaran rahasia .

Āciñña/(skt. Ācirna) : Kamma kebiasaan.

Acinteyya/(skt. Acintya) : 1). Tak terpikirkan, 2). Tak terbatas, 3). Diluar jangkauan pikiran.

Accuta /(skt.acyuta) : 1). Kekal, 2). Abadi, 3.). Nirvana.

Adesanavidha : Kemampuan-kemampuan menebak pikiran.

Adhamma : 1). Jahat, 2). Tidak bermoral.

Adhimokkha : 1). Keyakinan, 2). Ketetapan, 3). Tekad.

Yaitu kebebasan pikiran untuk menetapkan ya atau tidak, benar atau salah, ada atau tidak ada.

Adhitthana-iddhi : Kemampuan "magis"

Adhivacana-patho : Ekspresi ucapan.

Adhivacana-samphassa : Kontak-ekspresi.

Adhukkhamasukha : Netral.

Adhyesana : Sembahyang.

Adi/(skt. Adi) : 1). Permulaan, 2).Pertama

Adinnādāna/(skt. adattādāna): Pencurian.

Ādinava/(skt. Ādinava) : 1). Akibat buruk, 2). Bahaya, 3). Ketidakpuasan.

Adiṭṭhāna/(Skt. Adhisthana): 1). Tekad kuat, 2). Keputusan.

Adosa/(skt. Adosa) : 1). Tidak membenci, 2). Kehendak baik.

Yaitu suatu sifat batin yang berkecenderungan untuk tidak menyakiti makhluk lain dan selalu mengharapkan makhluk lain bahagia, karena ia selalu diliputi oleh perasaan cinta kasih (Metta).

Āgama : 1). Kedatangan, 2). Aturan latihan, 3). Disiplin.

Agāriya/(skt.agāriya) : 1). Umat awam, 2). Umat perumah tangga.

Āhāra/(skt. Ahāra) : Makanan.

Adalah makanan yang menjadi sebab atau kondisi yang harus dipenuhi agar makhluk-makhluk dapat lahir dan kehidupannya berlangsung terus.

Ada empat macam Āhāra yaitu ;

- 1) Makanan biasa (kabalinkahara)
- 2) Kontak dari enam indera kita dengan dunia luar (phassahara)
- 3) Kesadaran (vinnanahara)
- 4) Kehendak atau kemauan batin (manosancetanahara),

Manosancetanāhāra terdiri dari :

1. Mano = Batin
2. Sanna = Pencerapan
3. Cetana = Kemauan, kehendak.

Āhāra keempat merupakan kehendak untuk hidup, lahir, terlahir kembali, melangsungkan kehidupan dan untuk menjadi lebih sempurna. Ahara ini menciptakan akar bagi kelahiran dan kelangsungan yang bergerak maju dengan perbuatan baik dan buruk (kusalakusala kamma). Hal ini sama dengan kehendak (cetana).

Ahirika/(skt.Ahirika) : 1). Tidak malu untuk berbuat buruk, 2). Tidak mengindahkan moral.

Ahosi-kamma/(skt. Ahosi-karma) : Perbuatan yang tidak menimbulkan akibat.

Ajara : Tak busuk

Ajāta : Tak dilahirkan

Ājiva : 1). Penghidupan, 2). Mata pencaharian.

Ajjhava : Kejujuran.

Ajjhosana : Kemelekatan.

Akata/(skt. Akṛta) : Tak diciptakan.

Ākāśānañcāyatana : Alam ruang tanpa batas .

Yaitu batin berada dalam ruang yang tak terbatas.

Akālīko/(skt. Akālika) : Tanpa penundaan.

Akkhara : Kekal.

Akkodha/(skt. akrodha) : 1). Bebas dari kebencian, 2). Bebas dari kemurkaan / kemarahan.

Akkosati/(skt.ākroṣati) : Menghina.

Ākiñcaññayatana/(skt.akiñcanyāyatana): 1). Alam kekosongan, 2). Nama tingkat III arupajhana, yaitu batin yang berada dalam keadaan kosong.

Akusala/(skt. Akuśala) : 1). Buruk , 2). Salah, 3). Jahat.

Keadaan akusala dipelopori oleh lobha, dosa, dan moha. Apapun yang dipelopori oleh ketiga hal ini, baik ketika berbuat, berucap, maupun berpikir akan menghasilkan penderitaan sebagai akibatnya. Masalah akan timbul jika mereka muncul. Karena itu, penting sekali untuk menyadari penyebab penderitaan ini agar kita dapat menghindarinya.

Tujuan kita belajar Dhamma (pariyatti) adalah untuk menyadari adanya akusala dalam diri kita. Pengertian Dhamma yang kita miliki akan memungkinkan kita untuk menyadarinya. Karena tanpa menyadarinya, kita tidak akan mampu untuk melenyapkannya. Kemudian, sedikit demi sedikit, selangkah demi selangkah, kita akan mulai untuk mempraktikkan Dhamma dalam kehidupan kita, sehingga mulailah terjadi penyesuaian antara pengetahuan intelektual dengan tingkah laku kita. Apa yang kita ketahui sebagai kebaikan secara teori, akan mulai kita terapkan, sehingga pengetahuan yang kita miliki akan berguna bagi kita. Jika Dhamma tidak kita jalankan, maka tidak akan berguna dan tidak akan mendatangkan hasil apapun.

Akusala Cetasika/(skt. Akusala-caitasika) : Faktor mental negatif.

Ada empat belas faktor mental negatif yang mempengaruhi kesadaran, yaitu :

1. **Moha** = Kegelapan batin.
2. **Ahirika** = Tidak malu berbuat buruk.
3. **Anottappa** = Tidak takut akan akibat berbhuat buruk.
4. **Uddhacca** = Kegelisahan, kegalauan.
5. **Lobha** = Keserakahan.
6. **Ditthi** = Pandangan salah.
7. **Māna** = Kesombongan.
8. **Dosa** = Kebencian, kemarahan.
9. **Issā** = Iri, dengki.
10. **Macchriya** = Egois, kikir.
11. **Kukkucca** = Kemurungan.
12. **Thina** = Kemalasan.

13. Middha = Kelambanan.

14. Vicikicchā = Keragu-raguan, sangsi.

Akālarāṇa : Kematian yang belum waktunya.

Akañiṭṭha : Alam yang tertinggi.

Akinvannayatana : Alam Kekosongan.

Akusala-kamma/(skt. **Akusala-karma**) : Karma buruk.

Akusalamūla/(skt. **akuśalamūla**) : Akar kejahatan.

Alaya-Vijnana : Gudang kesadaran.

Alābha/(skt. **Alabha**) : Rugi.

Alobha/(skt. **Alobha**) : 1). Tidak Serakah,2). Kedermawanan.

Yaitu suatu sifat batin yang dipenuhi oleh kasih sayang (Karuna) untuk meringankan penderitaan makhluk lain, karena keinginan untuk membantu makhluk lain.

Amara : Tanpa kematian.

Amata /(skt. **amrta**) : 1). Keabadian , 2). Sinonim dari Nibbana.

Āmisa pūjā/(skt. **Āmisa pūjā**) : Bentuk pemujaan luar.

Amosadhamma : Segala sesuatu yang nyata.

Amoha/(skt. **Amoha**) : 1). Berpengetahuan, 2). Tidak bodoh.

Yaitu suatu sifat yang mendasari batin makhluk, untuk mengetahui apa yang baik dan buruk, berguna dan tidak berguna, apa yang perlu dikembangkan dan apa saja yang yang tidak perlu dilakukan. Dengan adanya amoha ini, kebijaksanaan (panna) dapat dikembangkan.

Ammanussa : Bukan manusia.

Anāgami/(skt. **anāgāmin**) : Yang tidak akan pernah kembali lagi ke dunia ini, tingkat kesucian ke tiga.

Seorang Anagami ("Yang Tidak Terlahir Kembali") telah menghancurkan sepenuhnya kelima belunggu pertama. Ia tidak lagi dilahirkan di alam nafsu. Namun pencapaiannya belumlah memadai untuk menjadikannya seorang Arahat, dan bila ia belum sanggup untuk menjadi seorang Arahat pada kelahiran berikutnya, maka ia akan terlahir kembali di surga pertama dari "lima kediaman suci", atau surga-surga terhalus dan termurni di antara surga-surga di Alam Berwujud. Hanya seorang Anagamin-lah yang dilahirkan di sana. Di surga ini ia mengembangkan penembusannya hingga menjadi dewa-Arahat yang berusia panjang.

Ada lima macam Anāgami :

1) Mereka yang mencapai penerangan selama pertengahan pertama dari masa kehidupan mereka (Antarapariniṭṭhaya).

2) Mereka yang mencapai penerangan selama pertengahan kedua dari masa kehidupan mereka (Antarapariniṭṭhaya).

3) Mereka yang mencapai penerangan melalui usaha keras (Sasankhara pariniṭṭhaya)

4) Mereka yang mencapai penerangan melalui usaha ringan (Asankhara pariniṭṭhaya)

5) Mereka yang mencapai alam kehidupan akanittha, yaitu alam kehidupan yang tertinggi (Uddham-sotoakanitthagami)
Dua yang pertama digolongkan berdasarkan atas masa kehidupan mereka, sedangkan yang ketiga dan keempat berdasarkan usaha-usaha mereka, sedangkan yang kelima ditandai melalui alam tujuan mereka.

Anāgārika/(skt. **Anāgārika**) : Yang tidak tinggal di rumah sendiri, petapa.

Andaja : Makhluk yang dilahirkan melalui telur.

Aneñja : Tak tergoayahkan.

Aṅgulimālā : Si Kalung Jari, nama julukan bhikkhu Ahimsaka.

Añjali : Penghormatan dengan merangkapkan kedua tangan di depan kening.

Anālaya/(skt. **Anālaya**) : Tanpa tempat kediaman.

Ānanda : Bahagia, senang.

Anannaposi : Tidak melekat pada yang lain.

Ananta : Kekal, tanpa akhir, tanpa batas.

Ānāpānāssati /(skt. **ānāpānasmṛti**): Pemusatan perhatian pada penapasan.

Menyadari sepenuhnya masuk dan keluarnya napas, satu cara meditasi.

Anariya/(skt. **Anarya**) : 1). Tidak suci, 2). Hina, 3). Tercela, 4). Rendah

Anāsava/(skt. **Anāsrava**) : Bebas dari kekotoran batin.

Anattā/(skt. **anātman**) : 1).Tanpa inti diri , 2). Tanpa roh, 3). Tanpa aku.

“ Segala sesuatu yang berkondisi adalah tanpa inti; apabila dengan kebijaksanaan orang dapat melihat ini, maka ia akan merasa jemu dengan penderitaan, inilah jalan yang membawa pada kesucian .”

(Dhammapada XX ; 279)

Anatta adalah kata bahasa Pali yang berasal dari awalan 'an' yang sering di terjemahkan sebagai tidak, bukan atau tiada. 'atta' berarti „inti“ „diri sejati“ „roh“ atau jiwa. Dalam bahasa Sanskerta disebut juga sebagai anatman. Jadi kata ”an-atta” berarti „bukan diri sejati” atau dalam konteks penulisan ini , anatta akan diterjemahkan sebagai “Tiada inti diri” .

Kata atta mempunyai makna yang luas dan dapat ditemukan dalam bidang ilmu psikologi, filsafat, maupun peristilahan sehari-hari, contohnya, atta dapat berarti “diri”, “makhluk”, “ego”, “jiwa”, “roh”, “aku ” atau “kepribadian”. Namun sebelum membahas tentang apa itu atta, maka perlu melihat berbagai arti atta yang ditelaah dari sudut pandang Buddhis maupun non-Buddhis, agar kita dapat memahami dengan tepat, apa yang ditolak Sang Buddha ketika Beliau memabarkan doktrin anatta, yang mana Ia menolak keberadaan atta.

Definisi atta menurut non-Buddhis dan Buddhis

Definisi atta menurut non-Buddhis :

1) Dalam Abingdon Dictionary of Living Religions :

Sesuatu yang memberi kehidupan kepada suatu makhluk hidup; atau bagian atau dimensi dalam makhluk hidup, yang merupakan inti, tidak berbentuk; atau sesuatu yang tidak berbentuk namun menghidupkan; atau sesuatu yang tidak berbentuk namun menciptakan individu.

2) Dalam A Dictionary of Mind and Spirit oleh Donald Watson :

Jiwa dikenal dengan banyak nama: jiva (Jain), Atman (Hindu), Ruh (Islam), Monad, Ego, Diri, Diri yang lebih tinggi, sesuatu yang melebihi Diri, Diri yang tidak dapat dipahami, batin, atau bahkan pikiran.

Sedangkan definisi atta menurut Buddhis:

1) Dalam Buddhist Dictionary karya Nyanatiloka:

Segala sesuatu yang secara mutlak dipandang sebagai keberadaan diri, sosok ego, jiwa, atau substansi pokok yang bersifat kekal.

2) Dalam The Truth of Anatta oleh Dr. G.P.Malalasekera:

Atta adalah diri suatu keberadaan metafisik yang halus, jiwa. Berbagai definisi atta atau jiwa sebagai diri, ego, jiwa, atau pikiran, sejalan dengan bidang psikologi.

Karena itu perlu juga melihat definisi atta dari sudut pandang ini.

Menurut Dictionary of Psychology, 'diri' adalah:

Individu sebagai makhluk hidup; Ego atau aku; Kepribadian atau kumpulan sifat.

Definisi 'ego' adalah: diri, terutama gagasan seseorang akan dirinya sendiri. Definisi 'kepribadian' adalah kumpulan sistem psikofisik dalam individu yang bersifat dinamis dan menentukan cara berpikir dan perilaku seseorang atau sesuatu yang memberikan prakiraan apa yang akan dilakukan seseorang dalam menghadapi suatu situasi. Istilah-istilah psikologis itu bersesuaian dengan beberapa istilah yang dipakai dalam ajaran Buddha untuk menerangkan kehidupan konvensional makhluk hidup. Peristilahan itu berguna sebagai label, namun secara mutlak, label-label tersebut, seperti yang akan kita lihat, hanya sekedar nama yang sematamata merupakan kebenaran ilusi.

Dalam bahasa Pali, ada istilah seperti satta, puggala, jiva, dan atta untuk menerangkan psikologi konvensional mengenai makhluk. Satta, menurut Nyanatiloka, berarti makhluk hidup. Puggala berarti individu, orang, berikut padanannya: kepribadian, perangai, makhluk (satta), diri (atta). Jiva adalah kehidupan sesuatu yang vital/ jiwa.

Beberapa pengertian tentang Jiwa :

Dalam The International Dictionary of Religion : " Banyak agama mengajarkan bahwa manusia tersusun atas badan fisik yang bisa mati serta Inti yang tidak kasat mata dan kekal, yang merupakan jati diri atau Jiwa ".

Jiwa juga dipahami sebagai : " Segala sesuatu yang secara mutlak dipandang sebagai keberadaan diri, sosok ego, atau Substansi pokok yang bersifat kekal."

Dalam kitab kuno India milik kaum Brahman / Hindu, yaitu kitab Upanishad, dikatakan bahwa sesuatu yang disebut " Jiwa ", " Inti Diri ", " Roh ", Harus memiliki kuasa untuk memerintah. Jiwa tidak menerima perintah dari penguasa lain. Jiwa adalah Penguasa Tertinggi yang menjadi tuan atas dirinya sendiri. Jiwa berbeda dengan diri kita, namun tinggal didalam diri kita.

Arti lain atta adalah jiwa, suatu sosok rohaniah di dalam semua orang, jiwa, yang disebut atman dalam kitab-kitab Hindu, adalah diri individual dan identik dengan diri Universal, Makhluk tertinggi, yang disebut Brahman.

Atman tinggal dalam setiap makhluk hidup. Seperti Brahman, atman adalah kekal. Saat tubuh mati, atman berpindah dan menempati tubuh lain sebagai rumah barunya. Dengan cara ini, atman berpindah dari satu tubuh ke tubuh lainnya, meninggalkan tubuh lama yang telah usang dan menempati tubuh baru.

Atta mempunyai makna yang luas, yang dibahas dalam 2 kitab terkemuka Hindu yaitu Upanishad dan Bahagavad Gita.

Dalam ajaran Buddha berbagai pandangan tentang Atta dapat ditemukan dalam Brahmajala Sutta.

Atta adalah inti dalam segala sesuatu, gagasan tentang atta sebagai inti dari segala sesuatu ditemukan dalam Chandogya dan Brihadaranyaka Upanishad.

Beberapa pemakaian istilah atta juga ada dalam bidang psikologi. Menurut Dr. Malalasekera, atta dapat berarti, diri seseorang, misalnya attahitaya patipanno no parahitaya (berbuat menurut diri sendiri, bukan menurut orang lain) atau attanava akatam sadhu (apa yang dilakukan oleh diri sendiri adalah baik). Atta dapat pula bermakna diri sendiri, kepribadian, termasuk tubuh dan pikiran, seperti dalam attabhava (kehidupan), attapatilabha (kelahiran dalam beberapa bentuk kehidupan).

Ketika mengulas mengenai istilah satta, Nyanatiloka menambahkan, Istilah ini, sama seperti atta, puggala, jiva dan istilah lainnya yang berkenaan dengan 'ego', dianggap sebagai sekedar istilah konvensional (voharavacana) pada umumnya, dan sama sekali tidak mempunyai makna kebenaran.

Dalam pengertian kebenaran mutlak, Sang Buddha menolak konsep psikologi dan agama mengenai segala macam 'diri' atau 'jiwa'. Tetapi kita bisa memakai istilah seperti 'diri' dan 'ego' untuk menggambarkan hal tertentu dari kelima khandha (agregat atau kelompok) yang menampilkan penampakan semu suatu individu.

Seperti yang dikatakan Arahata Vajira yang hidup semasa kehidupan Sang Buddha:

"Bilamana semua bagian penyusun ada, Kita menyebutnya sebagai 'pedati'; Demikian pula, di mana kelima kelompok ada, Kita menyebutnya sebagai 'makhluk hidup' "

Doktrin anatta diajarkan oleh Sang Buddha dari sudut pandang seseorang yang telah mencapai Pencerahan Sempurna, pandangan yang melihat bahwa segala sesuatu adalah anatta.

Sabbe dhamma anatta berarti segala sesuatu yang berkondisi, terbentuk dari perpaduan unsur, dan juga sesuatu yang tidak berkondisi merupakan sesuatu yang tidak memiliki inti /"jiwa" dan bukan diri yang sejati.

Fenomena sebagai ketidakkekalan dan tanpa-Aku

Secara umum dalam kehidupan sehari-hari, kita tidak terlepas dari kata "Aku", Kamu, Kami, Kita atau Milikku, Milikmu, Milik kita dsb. Perbedaan semacam itu diperlukan untuk menggambarkan keberadaan suatu "individu", "label" kesepakatan bahasa sebagai sarana bantu pemahaman dan komunikasi serta untuk

membedakan seseorang dengan lainnya.

Sebagai contoh, seseorang bertanya kepada kita : “ Rumah ini milik siapa ya?”, Kita pasti menjawab : “ o..rumah itu milikku “, atau “ rumah itu Milik si A”...

Hal ini umum dan wajar-wajar saja diucapkan oleh setiap orang dalam berkomunikasi sehari -hari, bayangkan saja , apa jadinya kalau kita tidak boleh menggunakan lagi istilah “aku” dalam berkomunikasi ? pasti banyak hal-hal yang lucu dan ribet akan terjadi !

Ajaran Buddha tidak berkeberatan untuk memakai kata *atta*, *satta*, atau *puggala* untuk menggambarkan individu sebagai suatu kesatuan atau untuk membedakan seseorang dengan lainnya. Bahkan Sang Buddha terkadang memakai istilah-istilah tersebut :

“Ini adalah pemakaian duniawi, istilah percakapan duniawi, uraian duniawi,

dengannya Sang Tathagata berkomunikasi tanpa menyalah-artikannya “.

(Digha Nikaya I : 195) .

Beberapa orang telah salah memahami mengenai ajaran anatta dengan beranggapan bahwa tidak ada diri, tidak ada yang namanya orang/person (*puggala*), anggapan ini keliru. Sang Buddha sebenarnya tidak pernah menyatakan bahwa tidak ada suatu jiwa atau *atta* di alam semesta ini.

Yang sering di tekankan oleh Sang Buddha adalah bahwa tak ada satu benda atau bentuk yang khusus yang dapat dikatakan memiliki diri atau jiwa yang kekal. Beliau mengajarkan bahwa ada yang disebut dengan diri atau orang/person (*puggala*), tetapi diri atau orang/person (*puggala*) tersebut bukanlah benar-benar inti atau jati diri dari diri atau orang (person) tersebut, melainkan hanyalah merupakan perpaduan dari unsur-unsur fisik dan mental , yang membuatnya ada atau eksis , yang setiap saat mengalami perubahan dan berada dalam keadaan dukkha. Karena perpaduan unsur-unsur inilah diri seseorang terbentuk. Dan karena segala sesuatu yang terbentuk dari perpaduan unsur-unsur pasti mengalami perubahan, maka diri seseorang pun mengalami perubahan, penguraian, yang akhirnya eksistensi dari diri seseorang tidak lagi ada atau eksis. Inilah mengapa dikatakan tidak memiliki inti atau Tiada inti diri.

Manusia percaya bahwa ada sesuatu yang kekal di dalam dirinya. Sesuatu yang kekal ini diberi berbagai nama : *Atta*, *Jiwa*, *Diri*, *Ego*, *Aku*, *Pribadi*, *Roh* dan sebagainya.

Sang Buddha mengatakan; bahwa apa yang kita anggap sebagai sesuatu yang kekal, semata-mata merupakan gabungan dari kelompok-kelompok energi batin-jasmani (*Pancakkhandha*) yang senantiasa berubah.

Badan jasmani, perasaan, pencerapan, bentuk-bentuk pikiran dan kesadaran adalah lima *khandha*, yang semuanya tidak memiliki inti diri yang kekal.

Bila *khandha* itu memiliki *atta*, maka ia dapat berubah sekehendak *atta* itu dan tidak akan menderita, karena semua keinginannya dapat dipenuhi misalnya, "Semoga *khandha*-ku begini dan begitu."

Tetapi, karena *khandha* itu anatta, maka ia tidak dapat berubah sekehendak *atta* itu dan oleh sebab itu menderita, karena semua kehendak dan keinginannya tak dapat dipenuhi. Misalnya, " Semoga *khandha*-ku begini dan bukan begitu."

(Vin. Mv. Kh. 1 ; cf. S. 22 : 59).

Di zaman Buddha, para guru non-Buddhis berusaha mengidentifikasi dan memisahkan "Aku Sejati" (Pali : *atta* , Skt : *atman*) seseorang. Apa yang dimaksud dengan *atman* adalah entitas kekal dalam diri manusia yang tidak berubah, sumber kebahagiaan sejati dan "pengendali bagian dalam" terhadap tindakan atau apa yang dilakukan manusia. Menurut ajaran Brahmanisme, *atman* ini dilihat sebagai "aku" universal yang identik dengan Brahman, sedangkan di Jainisme, ia dilihat sebagai "prinsip kehidupan" (*jiva*) individu.

Buddha memberikan argumentasi bahwa segala sesuatu mengalami perubahan. Lebih lanjut, Beliau mengatakan bahwa apa pun yang tidak berdiri sendiri dan tidak bisa dikendalikan secara penuh oleh keinginan seseorang, tidak dapat dianggap sebagai "Aku Sejati." Lagi pula, menganggap sesuatu yang bukan "aku" sebagai "aku," akan mengakibatkan timbulnya penderitaan. Ini terjadi ketika apa yang dianggap orang awam sebagai "aku" yang kekal mengalami perubahan yang bertentangan dengan keinginan dan harapannya. **Sebagai contoh**, proses penuaan yang dialami seseorang. Proses semacam ini, yakni rambut menjadi putih, kulit menjadi keriput, mata menjadi rabun, tubuh menjadi lemah, dan lain sebagainya, jelas hal -hal semacam itu tidak diinginkan atau didambakan oleh seorangpun. Tetapi siapakah yang dapat mencegahnya? Lalu jika demikian dapatkah kita menganggap tubuh ini sebagai "aku" atau "milikku"?

Dalam Majjhima Nikaya 35, terdapat kisah mengenai seorang pertapa terpelajar yang sangat terkenal, bernama Saccaka. Pada suatu hari ia mendengar bahwa Sang Buddha mengajarkan doktrin Anatta.

Karena dia adalah seorang ahli debat yang sangat piawai, dia memutuskan untuk mendatangi dan meyakinkan Sang Buddha bahwa doktrin anatta adalah salah. Saccaka sangatlah percaya diri; dia menyatakan bahwa bila ia berdebat melawan sebuah tiang yang tanpa akal, maka tiang tersebut akan terguncang , menggigil, gemetar dan berkeringat. Dia menyatakan bahwa ibarat orang kuat yang dapat dengan mudah merenggut seekor kambing dan menyeretnya kesana kemari, maka dia akan dengan mudah mengalahkan Sang Buddha dalam perdebatan.

Saccaka dan para pengikutnya mendatangi Sang Buddha. Setelah bertukar salam, Saccaka meminta Sang Buddha untuk menjelaskan doktrin-doktrin yang diajarkannya. Sang Buddha menjawab bahwa ia mengajar Anatta. Saccaka ber-argumentasi ; bahwasanya seseorang mempunyai bentuk materi, perasaan, persepsi, bentukan-bentukan mental, dan kesadaran sebagai diri (*atta*) dan berdasar atas *atta* itu dia menghasilkan jasa kebajikan atau perbuatan buruk...

Sang Buddha bertanya kembali kepada Saccaka: " Saccaka, apakah engkau menyatakan bahwa bentuk materi (Jasmani) adalah diriku?, perasaan adalah diriku?, persepsi (Pencerapan) adalah diriku?, bentukanbentukan (Bentukan mental) adalah diriku?, kesadaran adalah di riku ?."

" Saya menyatakan demikian, guru Gotama ", jawab Saccaka.

"Bagaimana pendapatmu, Saccaka?, Ketika engkau mengatakan demikian: Bentuk materi adalah diriku, apakah engkau mempunyai kekuasaan atas bentuk materi tersebut dengan berkata: " biarlah bentukku seperti ini; biarlah bentukku tidak seperti ini ".

Ketika hal ini dikatakan oleh Sang Buddha, Saccaka putra Nigantha-pun terdiam.

Untuk kedua kalinya Sang buddha mengajukan pertanyaan yang sama, dan untuk kedua kalinya Saccaka terdiam.

Untuk ketiga kalinya Sang Buddha mengajukan pertanyaan yang sama, dan karena merasa telah tersudut oleh pernyataannya sendiri, butir-butir keringat mulai membasahi dahinya, Saccaka-pun akhirnya menjawab: "Tidak Guru Gotama."

" Perhatikan, Saccaka, perhatikan bagaimana engkau menjawab, apa yang telah engkau katakan sebelumnya tidak sesuai dengan apa yang engkau katakan sesudahnya"...., ketika engkau mengatakan bahwa;"Perasaan adalah diriku", "Persepsi adalah diriku", "Bentukan-bentukan adalah diriku", "Kesadaran adalah di riku", apakah engkau mempunyai kekuasaan atas semuanya itu?"

"Tidak Guru Gotama." jawab Saccaka.

" Bagaimana pendapatmu,Saccaka, apakah lima khandha itu kekal atau tidak kekal?."

" Tidak kekal Guru Gotama."

" Sesuatu yang tidak kekal itu, merupakan penderi taan atau kebahagiaan, Saccaka? "

" Penderitaan Guru Gotama."

" Sesuatu yang tidak kekal, penderi taan, dan terkena perubahan itu, apakah tepat untuk dianggap demikian :

" Ini adalah milikku, ini adalah aku, ini adalah diriku? "

"Tidak, Guru Gotama."

Ketika Dhamma telah dibabarkan oleh Sang Buddha, Saccaka hanya duduk terdiam, cemas, dengan bahu yang lunglai dan kepala tertunduk, tanpa tanggapan lagi.

"Guru Gotama, tadi kami sungguh nekad dan tidak sopan, karena berpikir bahwa kami dapat menyerang Guru Gotama dalam perdebatan..., Sudilah Yang Terberkahi bersama dengan Sangha para Bhikkhu bersedia menerima dana makanan esok hari dari saya.? Sang Buddha menyetujui dengan berdiam diri.

Disini dapat kita lihat Sang Buddha mematahkan argumentasi tentang beberapa karakteristik yang dikaitkan dengan atta. Jika Saccaka memiliki atta, dia dapat memerintah atta untuk mengerahkan kekuasaannya untuk mengubah penampakannya, karena atta identik dengan Brahman, sang penguasa tertinggi, yang tak terbatas, pencipta yang maha kuasa dan sumber segala sesuatu, seperti tercantum dalam Bhagavad Gita.

Namun, menurut Sang Buddha, yang ada hanyalah kelima khandha, dan mereka bukanlah atta karena mereka terikat oleh hukum-hukum kefanaan, tidak memuaskan dan tiada inti di ri. Rupa (bentuk materi) bukanlah atta, bukan tuan dan pemerintah dirinya sendiri, serta terikat pada kesengsaraan. Khandha lainnya (perasaan, pencerapan, bentukan mental dan kesadaran) juga terikat padahukum yang sama.

Ajaran mengenai anatta atau "tanpa-aku" ini tidak hanya bertujuan meruntuhkan konsep "aku" yang dianut oleh Brahmanisme atau Jainisme, tetapi juga konsep umum yang telah lama dipegang orang awam pada umumnya dan perasaan-perasaan mendalam mengenai adanya sang "aku."

Bila kita masih merasakan adanya bagian dari diri kita yang tidak pernah atau belum berubah semenjak kanak-kanak hingga dewasa, maka itu berarti kita masih memiliki kepercayaan tentang "aku" yang kekal.

Merasa bahwa diri kita tidak akan pernah mati, adalah pandangan bahwa seolah-olah kita memiliki "aku."

Mengaitkan fenomena pengalaman mental seperti misalnya dengan mengatakan: "Saya merasa cemas..., gembira... , marah...", adalah juga merupakan keyakinan akan adanya sang "aku."

Melakukan identifikasi dengan tubuh, gagasan, dan tindakan seseorang, dan lain-lain, adalah mencerpap semuanya itu sebagai bagian dari sang "aku".

Ajaran "Anatta" pada intinya adalah ajaran praktis yang ditujukan untuk menaklukkan kemelekatan. Sang Buddha menekankan bahwa semua fenomena yang benar-benar kita pandang sebagai "Aku", seharusnya diamati dan dianalisa secara seksama untuk menyadari kesalahan serta ketidak-benaran pandangan atau anggapan semacam itu. Sebagai hasil dari pengamatan tersebut, seorang akhirnya berkembang secara spiritual dan melihat segala sesuatu, semua dhamma, sebagai "tanpa-aku," dan karenanya menghancurkan semua kemelekatan serta mencapai Nibbana.

Dalam proses pelatihan spritual ini, tidaklah perlu mengemukakan suatu "penolakan" filosofis terhadap keberadaan sang "aku," karena konsep "aku" dengan s endi rinya akan menghilang perlahan-lahan.

Buddhisme memandang tidak perlu merumuskan keberadaan "aku" permanen, melainkan menjelaskan fenomena fungsi kepribadian, dalam kehidupan dan dari satu kehidupan ke kehidupan berikutnya, dalam konteks suatu aliran proses yang senantiasa berubah dan berkondisi. Kelahiran kembali tidak mengharuskan adanya suatu "aku" permanen atau "aku" yang substansial, tetapi justru kepercayaan tentang adanya sang "aku" itulah yang merupakan salah satu musabab terjadinya kelahiran kembali.

Mengapa segala fenomena tidak ada inti atau bukan diri sejati?

Di dalam Anattalakkhana Sutta; Samyutta Nikaya 22.59 {S 3.66}, Sang Buddha menjelaskan bahwa Rupa (jasmani), Vendana (perasaan), Sanna (pencerapan), Sankhara (pikiran) dan Vinnana (kesadaran) disebut sebagai Panca Khandha (lima kelompok kehidupan/kemelekatan) yang semuanya bukanlah diri sejati.

Jika Khandha itu merupakan diri sejati, maka tidak akan mengalami penderitaan, dan semua keinginan seseorang akan khandha-nya akan terpenuhi,"Biarkan Khandha-ku seperti ini dan bukan seperti itu".

Tetapi karena khandha tidak dapat dikendalikan sesuai dengan keinginan atau harapan seseorang, "Biarkan Khandha-ku seperti ini dan bukan seperti itu", dan juga mengalami penderitaan, maka dikatakan bahwa khandha bukanlah diri sejati.

Kontroversi mengenai doktrin anatta sepertinya didasari oleh rasa takut yang mendalam terhadap penolakan adanya jiwa. Manusia pada umumnya sangat melekat pada hidupnya, sehingga mereka cenderung untuk

mempercayai adanya sesuatu yang bersifat tetap, kekal, abadi di dalam dirinya. Bila ada orang yang mengatakan bahwa tiada sesuatupun yang kekal dalam diri mereka, tidak ada semacam jiwa dalam diri mereka yang akan berlangsung selamanya, mereka akan merasa ketakutan.

Mereka bertanya-tanya apa yang akan terjadi dengan mereka di masa mendatang mereka takut jadi musnah! Sang Buddha memahami hal ini, seperti yang dapat kita lihat dalam cerita tentang Vacchagotta, yang seperti orang pada umumnya, takut dan bingung terhadap doktrin anatta.

Vacchagotta adalah seorang pertapa yang pada suatu hari mengunjungi Sang Buddha untuk menanyakan beberapa hal penting.

Dia bertanya kepada Sang Buddha, Apakah atta itu ada? Sang Buddha diam. Kemudian, dia bertanya kembali, Apakah atta itu tidak ada? Namun Sang Buddha tetap diam. Setelah Vacchagotta berlalu, Sang Buddha menjelaskan kepada Ananda, mengapa Ia telah bersikap diam. Sang Buddha menjelaskan bahwa Ia mengetahui Vacchagotta sedang mengalami kebingungan tentang atta, dan jika Ia menjawab bahwa atta itu ada, berarti Ia mengajarkan paham eternalistik, teori jiwa yang kekal, yang tidak Ia setuju. Namun, bila Ia menjawab bahwa atta itu tiada, maka Vacchagotta akan berpikir Sang Buddha mengajarkan paham nihilistik, paham yang mengajarkan bahwa makhluk hidup hanyalah suatu organisme batin-jasmani yang akan musnah total setelah kematian.

Sang Buddha tidak setuju dengan paham nihilistik karena paham ini tidak sesuai dengan kamma, tumimbal lahir, dan hukum sebab-akibat yang saling bergantung (*paticcasamuppada*).

Sebaliknya Sang Buddha mengajarkan bahwa manusia terlahir kembali dengan patisandhi, kesadaran yang berkesinambungan, kesadaran tumimbal lahir yang tidak berpindah dari kehidupan sebelumnya, melainkan timbul karena adanya berbagai kondisi dari kehidupan sebelumnya, misalnya kondisi seperti kamma. Jadi orang yang terlahir kembali bukanlah orang yang sama dengan yang telah meninggal, namun juga bukan orang yang sepenuhnya berbeda dengan yang telah meninggal. Yang paling penting, dalam ajaran Buddha tidak dikenal adanya tubuh metafisik, jiwa, atau roh yang sama yang berlanjut dari satu kehidupan ke kehidupan berikutnya.

Namun ajaran ini terlalu sulit bagi Vacchagotta, dan Sang Buddha ingin menunggu sampai Vacchagotta telah matang secara intelektual. Sang Buddha bukanlah seperti komputer yang akan menjawab setiap pertanyaan secara otomatis. Demi kebaikan para penanya, Ia mengajar sesuai dengan kesiapan dan perangai seseorang.

Cerita selanjutnya, melalui meditasi Vipassana, Vacchagotta mampu mencapai kematangan spiritual, memahami sifat segala sesuatu yang tidak memuaskan, fana, dan tiada inti diri; dan akhirnya dia menjadi seorang Arahat.

Secara lebih umum, dapat dikatakan bahwa hanya ada dua kelompok fenomena dalam kehidupan ini, yaitu nama dan rupa. Selain keduanya, tidak ada apa pun yang dapat kita sebut atta. Satu-satunya hal yang ada selain alam nama dan rupa adalah yang tak terkondisi (asankhata), Nibbana, Kebenaran Mutlak, namun bahkan Nibbana pun bersifat anatta.

Sifat kefananaan (Anicca - ketidakkekalan); Tersamarkan oleh kesinambungan. Jika kita melihat nyala sebuah lilin, kita akan berpikir bahwa nyala tersebut sama dari waktu ke waktu. Padahal, nyala lilin itu secara terus-menerus lenyap dan muncul lagi setiap saat. Kita melihat ilusi satu nyala yang sama karena gagasan dan penampakan yang berkesinambungan.

Sifat tidak memuaskan (Dukkha - penderitaan); Tersamarkan oleh perubahan posisi tubuh. Ketika kita duduk dan merasa tidak nyaman, kita mengubah posisi dan merasa nyaman kembali. Sesungguhnya, kita selalu mengubah posisi setiap saat dalam hidup kita, tetapi kita tidak menyadarinya. Setiap saat rasa tidak nyaman muncul, kita segera mengubah posisi tubuh kita.

Sifat tiada inti diri (Anatta); Tersamarkan oleh persepsi bahwa segala sesuatu adalah berbentuk dan solid. Kita melihat segala benda dan diri kita sendiri sebagai sesuatu yang solid dan berbentuk. Kita tidak akan memahami sifat segala sesuatu yang sejati-tiada inti diri- jika kita tidak mengetahui bahwa persepsi ini salah. Sifat Anatta tidak hanya berlaku untuk bentuk dan keadaan yang tercakup dalam Panca Khandha melainkan merupakan sifat dari seluruh keadaan, bentuk atau jelmaan dari yang sangat halus sampai yang maha besar. Tidak ada Atta atau diri yang kekal baik di dalam suatu individu ataupun dalam bentuk semesta yang lebih besar. Yang ada hanyalah diri atau sifat yang sementara, yang senantiasa berubah dari saat ke saat. Suatu saat akan terbentuk diri dari suatu individu; disaat lain diri itu mungkin terurai menjadi diri-diri unsur-unsur pembentuknya yang juga terbentuk dari unsur-unsur lainnya yang memiliki diri masing-masing yang juga tidak kekal dan senantiasa berubah; bisa pula di saat lain diri suatu individu itu bersatu dengan diri dari individu-individu yang lain membentuk suatu organisasi dengan diri atau ciri yang lain pula yang juga tidak kekal dan senantiasa berubah.

Selain ajaran Anatta yang diajarkan oleh Guru Buddha, di dunia ini terdapat 2 ajaran atau paham lain yang terdapat dalam kepercayaan lain, yaitu:

1. Attavada, yaitu paham atau ajaran yang menyatakan bahwa terdapat atta atau inti atau diri sejati yang tidak mengalami perubahan, yang ada sepanjang masa atau abadi meskipun melalui tahap kelahiran kembali. Paham ini juga disebut sebagai paham Eternalisme (paham ini tidak dibenarkan oleh Sang Buddha).

2. Ucchedavada, yaitu paham atau ajaran yang menyatakan bahwa sama sekali tidak terdapat atta atau diri, dimana ketika mati maka semuanya akan turut lenyap, tidak membentuk apapun lagi, tidak mengalami kelahiran kembali. Paham ini juga disebut sebagai paham Nihilisme (paham ini tidak dibenarkan oleh Sang Buddha).

Secara matematika paham-paham tersebut dapat diuraikan sebagai berikut :

A. Paham Eternalisme (Attavada) :

Adalah paham adanya Roh kekal yang berpindah-pindah ketubuh baru (Paham Reinkarnasi).

1. A+P = A+P

2. (A+P) + P1 = A+P+P1

3. (A+P+P1)+P2 = A+P+P1+P2

4. $(A+P+P1+P2)+P3+ Pn = A+P+P1+P2+P3+Pn$

B. Paham Nihilisme (Uchedavada) :

Adalah paham setelah kematian semuanya ikut lenyap/musnah.

$A+P = \text{Nihil}$

C. Paham Anatta :

Adalah paham Tiada inti diri yang kekal.(Setelah kematian, „patisandhi-vinnana“ yang telah dipengaruhi oleh Kumulatif kammamya melanjutkan kehidupannya di alam mana ia dilahirkan kembali)

1. $A+P = B$

2. $B+P1 = C$

3. $C+P2 = D$

Keterangan :

A : adalah Atta/Atma atau Roh

P : adalah Pengalaman hidup

P1, P2, P3...: adalah Pengalaman hidup pada Kehidupan ke 1, ke 2, ke 3 dst.....

Pada penjabaran dibawah ini akan tampak dengan jelas bahwa paham anatta tsb. menganut pada “Hukum Perubahan” / tidak ada inti diri yang kekal .

1. Roh + Pengalaman hidup = setelah kematian, terlahir kembali sebagai B.

2. B + Kehidupan ke 1 = setelah kematian, terlahir kembali sebagai C

3. C + Kehidupan ke 2 = setelah kematian, terlahir kembali sebagai D dst.....

Beberapa contoh nyata mengenai ajaran Anatta:

Ketika kita melihat sebuah sofa maka kita akan melihatnya sebagai hal yang biasa dan menyebutnya sebagai sofa. Tetapi ketika sofa yang terbuat dari kayu, busa, kain, lem, tenaga manusia, dan sebagainya itu kita uraikan, kita pisah-pisahkan, kita bongkar, maka yang kita lihat sekarang hanyalah beberapa potong kayu bekas, kain, busa dan sebagainya yang tidak mungkin sama dengan bahan awal pembuat sofa. Kita hanya menyebutnya sebagai sisa sofa, kain bekas sofa, kayu bekas sofa, dan sebagainya. Kita tidak akan melihat lagi sofa tadi.

Ketika kita membuat roti. Roti dibuat dengan memakai tepung, ragi, gula, garam, mentega, susu, air, api, tenaga kerja dan lain-lain Tetapi setelah menjadi roti tidak mungkin kita akan menunjuk satu bagian tertentu dan mengatakan: ini adalah tepungnya, ini garamnya, ini menteganya, ini airnya, ini apinya, ini tenaga kerjanya dst. Karena setelah bahan-bahan itu diaduk menjadi satu dan dibakar di oven, maka bahan-bahan itu telah berubah sama sekali. Meskipun roti itu terdiri dari bahan-bahan yang tersebut diatas, namun setelah melalui proses pembuatan dan pembakaran di oven telah menjadi sesuatu yang baru sama sekali dan tidak mungkin lagi untuk mengembalikannya dalam bentuknya yang semula.

Jika kita dihadapkan dengan benda-benda seperti Ban, jok, pedal, kanvas rem, lampu, kabel-kabel, skrup, accu, seker, kabel kopling, shock beker, rangkaian mesin, dynamo, stang stir, dsb., Dapatkah kita mengatakan itu adalah sebuah Sepeda Motor? Tentu saja Tidak !. Namun setelah keseluruhan benda-benda itu dirangkai menjadi satu, barulah kita dapat mengatakannya; " Oh...itu adalah Sepeda Motor ! "

Jadi apa yang dilihat dan yang kita namakan sebagai Sepeda motor sebenarnya hanyalah gabungan dari unsur-unsur pembentuk, sepeda motor itu pada hakikatnya " Tidak memiliki inti " atau " tidak ada satupun dari spare-parts tersebut yang dapat disebut sebagai sepeda motor " sebelum semua unsur-unsur pembentuknya disatupadukan.

Demikian pula dengan segala hal, termasuk diri kita, pada dasarnya adalah perpaduan dari berbagai unsur yang masing-masing bersifat tidak kekal. Jika unsur-unsur pembentuknya dipisah-pisah maka hal tersebut akan menjadi tiada, Kosong. Karenanya, tidak ada yang disebut dengan diri yang hakiki, yang independen, baik itu diri kita maupun diri lainnya (segala makhluk, benda, maupun hal –hal fenomenal lainnya).

Pemahaman ajaran anatta ini dapat juga dianalisa dan direnungkan dalam ajaran mengenai Sebab-Musabab yang Saling Bergantungan (*Patīccasamuppāda*).

KELOMPOK : A (3)

Anavarama-Nana : Pandangan yang tak terhalangi.

Anicca / (skt.anitya) : 1).Tidak kekal. 2). Perubahan. 3). Tidak selalu ada.

“ Segala sesuatu yang berkondisi tidak kekal adanya.

Apabila dengan kebijaksanaan orang dapat melihat ini;

maka ia akan merasa jemu dengan penderitaan.

Inilah ja lan yang membawa pada kesucian.”

(Dhammapada XX ; 277)

"Adalah tidak kekal segala sesuatu yang terbentuk, segalanya muncul dan lenyap kembali.

Mereka muncul dan kembali terurai.

Kebahagiaan tercapai bila segalanya telah harmonis."

(Digha-Nikaya, Mahāparinibbāna Sutta)

Satu kata yang sederhana ini, Anicca (ketidakkekalan), merupakan inti dari ajaran Buddha. Makhluk hidup juga ditandai dua sifat kehidupan lain, penderitaan (dukkha) dan tanpa inti (anatta).

Anicca berasal dari kata “an” yang merupakan bentuk negatif atau sering diterjemahkan sebagai tidak atau bukan. Dan “nicca” yang berarti tetap, selalu ada, kekal, abadi. Jadi kata ”an -nicca” berarti tidak tetap, tidak selalu ada, tidak kekal, tidak abadi, berubah. Dalam bahasa Sanskerta disebut juga sebagai anitya.

Sabbe sankhara anicca berarti segala sesuatu yang berkondisi (terbentuk dari perpaduan unsur) akan mengalami perubahan (tidak kekal). (Majjhima Nikaya I : 228)

Anicca (Ketidak-kekalan) merupakan suatu fakta yang bersifat Universal. Hal ini berlaku bagi manusia, gagasan, pemikiran dan perasaan, bagi hewan, tanaman, gunung, sungai atau segala sesuatu yang mungkin

bisa kita beri nama. Ketidak-kekalan adalah suatu fakta yang tak terhindarkan. Segala sesuatunya mengalami perubahan yang konstan dari waktu ke waktu, seperti halnya suatu proses, kehamilan berlanjut ke proses kelahiran, bayi tumbuh menjadi anak-anak, anak-anak tumbuh menjadi remaja, remaja tumbuh menjadi dewasa, lalu menjadi tua dan mati.

Semua fenomena yang ada didalam alam semesta ini selalu mengalami perubahan yang tak putus-putusnya, selalu dalam keadaan bergerak dan mengalami proses, yaitu: **Uppada (timbul), kemudian Thiti (berlangsung), dan kemudian Bhanga (berakhir/lenyap)**. Tidak ada sesuatupun yang tetap sama selama dua saat yang berturut-turut walaupun dalam perbedaan detik. Hukum anicca bersifat netral dan tidak memihak. Karena segala sesuatu merupakan hasil dari sebab-sebab dan kondisi yang berubah, maka segala sesuatu juga terus menerus berubah.

Kita tidak dapat mengatakan bahwa barang apa pun, hidup atau mati, organik atau anorganik, “ini adalah abadi.” Bahkan sementara kita sedang membicarakannya, perubahan itupun sedang berlangsung. Semua ini berlalu dengan cepat : keindahan bunga, kicau burung, dengungan lebah, dan keagungan matahari yang terbenam.

“Misalkan engkau sedang memandang indahnya matahari yang terbenam. Seluruh langit di sebelah barat memancarkan cahaya yang berwarna merah : tetapi engkau sadar bahwa dalam setengah jam semua warna yang cerah ini berangsur – angsur akan hilang dari hadapan matamu, walaupun matamu tidak dapat mengenali sebelumnya kesimpulan yang beralasan itu. Dan apakah kesimpulannya ?

Kesimpulannya adalah engkau tidak pernah dapat menyebutkan ataupun membayangkan, melihat suatu warna yang kekal, warna apapun yang sebenarnya bahkan untuk waktu yang paling singkat. Dalam perjutaan detik seluruh keagungan dari langit yang terlukis mengalami rangkaian perubahan yang tak terhitung banyaknya. Satu perubahan digantikan dengan yang lain dengan kecepatan yang membuat semua pengukuran tertinggal, karena proses itu tidak dapat diukur.... akal sehat menolak untuk menahan periode tertentu dari pemandangan yang berlalu itu, atau untuk mengungkapkan begitu, karena walaupun ada yang berusaha, seketika hal itu sudah tiada. Ini merupakan rangkaian perubahan warna yang cepat, tiada satu pun darinya tetap ada, karena semuanya secara terus menerus lenyap menjadi yang lain. “

Semua paduan unsur, yaitu segala sesuatu yang timbul sebagai akibat dari suatu sebab, dan yang pada gilirannya kemudian menimbulkan akibat, dapat dinyatakan dalam satu kata anicca, ketidakkekalan. Oleh karena itu, semua sifat hanyalah merupakan variasi yang terbentuk dari paduan ketidakkekalan, penderitaan (ketidakpuasan), dan tanpa diri atau inti : anicca, dukkha dan anatta.

Realitas alam semesta ini bukanlah merupakan suatu kolam yang tenang, akan tetapi merupakan suatu arus/aliran yang mengalir deras. Tidak ada suatu makhluk yang tetap, tetapi yang ada hanyalah segala sesuatu yang timbul dan tenggelam.

Pembentukan (uppada) dan Penghancuran (nirodha) yang berlangsung terus-menerus, yang tidak berhenti walau sekecappun dapat digambarkan seperti sebuah gelombang. Sebuah gelombang terbentuk naik, kemudian turun dan tenggelam, menimbulkan gelombang lain yang menyusul timbul. kemudian tenggelam pula, demikianlah seterusnya tidak henti-hentinya. Timbulnya sebuah gelombang bergantung kepada tenggelamnya gelombang yang mendahuluinya, dan tenggelamnya sebuah gelombang menimbulkan gelombang lain pula yang menyusulnya. Demikianlah arus ini mengalir terus - putusnya.

Perhatikanlah setangkai bunga, akan tertampak waktu kuncupnya, disusul oleh mekarnya, setelah mekar mencapai puncak kemegahannya, akan menjadi layu, busuk, kering dan akhirnya lenyap.

Semua sankhara (paduan unsur) memperlihatkan sifat-sifat demikian : “ Timbul, berlangsung, lenyap”.

Fajar menyingsing dan bumi mulai terang, pada jam 12.00 tengah hari matahari mencapai puncaknya, setelah lewat jam 12.00 matahari mulai condong ke barat dan bumi mulai teduh, disusul oleh senja yang berubah menjadi malam. Segala sesuatu di alam semesta ini mengalami proses perubahan, tetapi kita tidak menyadarinya, Mengapa?

Oleh karena :

1. Perhatian kita tidak ditujukan kepada proses perubahan itu.
2. Proses tersebut ada yang berjalan sangat cepat, seperti arus sungai dan bentuk-bentuk pikiran.
3. atau proses tersebut berlangsung sangat perlahan, antara lain : batu, gunung dan bumipun tidak terlepas dari proses tersebut.

Proses perubahan itu dinamakan Anicca atau ketidak kekalan.

Ketidak kekalan yang diajarkan dalam agama Buddha ini bukanlah suatu yang direka-reka atau yang dibuat-buat, akan tetapi merupakan kenyataan, fakta, yang dirasakan dan dialami dengan jelas sekali dalam kehidupan kita sehari-hari.

Didalam kitab Abhidhamma-manavibhasa-sastra mengatakan bahwa : “ Selama 24 jam terdapat 6.400.099.988 Kshana atau Saat ; sedangkan lima kelompok kehidupan (pancakkhandha) manusia berproses terus-menerus terbentuk dan lenyap kembali dalam tiap-tiap Kshana.”

Disebutkan di dalam kitab suci Tipitaka bahwa, bilamana seorang siswa telah menembus Kesunyataan atau Dhamma, ia akan menyadari : *yamkinci uppada dhammang sabbang tang nirodhadhammang* (segala sesuatu yang terbentuk pasti akan lenyap kembali). Penembusan yang sempurna terhadap kesunyataan ini, hanya dapat tercapai apabila seseorang telah bebas samasekali dari segala macam keinginan apapun juga.

Selama kita belum dapat mengusir “keinginan” atau “Tanha” itu, maka pandangan sesat (*sakkayaditthi*) akan tetap ada, itulah yang menyebabkan kita tidak mampu untuk menyadari sepenuhnya terhadap corak ketidak kekalan daripada segala sesuatu yang terbentuk atau sankhara.

Didalam Anguttara Nikaya IV : 100 ff, Sang Buddha menasihati siswa-siawanya demikian:

“ Tidak kekalah, O para siswa, segala sesuatu yang berpaduan (sankhara) itu tidaklah abadi, karena itu tidaklah ada alasan untuk menikmati ”.

Keseluruhan dari filosofi tentang perubahan yang diajarkan dalam agama Buddha adalah bahwa segala sesuatu yang terjadi dari paduan unsur, yang terkondisi adanya, merupakan proses dan bukan merupakan kelompok kesatuan hidup yang kekal, tetapi perubahan itu terjadi dalam rangkaian yang sedemikian cepat sehingga orang – orang memandang rohani dan jasmani sebagai kesatuan hidup yang tetap. Mereka tidak melihat timbulnya dan hancurnya (udaya – vaya), namun memandang secara kesatuan, melihat sebagai suatu keseluruhan (ghana sanna).

Annata : Tidak dikenal.

Annathabhava : Perubahan yang mengikuti suatu keadaan sedikit demi sedikit.

Anottappa : Tidak takut atau Nekat.

Nekat untuk melakukan perbuatan jahat dan tidak takut dengan akibat-akibatnya.

Ini juga berarti nekat mati karena takut menghadapi sesuatu, umpamanya terhadap suatu tanggung jawab atau ketakutan menghadapi tuduhan kepada diri sendiri.

Anuggaha/(skt.anugraha) : 1). Kemurahan hati, 2). Kebaikan, 3). Pertolongan.

Anuloma/(skt.anuloman) : Arah yang tepat.

Anumana : Menyimpulkan.

Anumodanā/(skt. Anumodanā) : 1). Berbahagia atas perbuatan baik pihak lain, 2). Rasa syukur, 3). Rasa terima kasih, 4). Penghargaan.

Anupadhi : Sifat keduniawian.

Anūpama/(skt. Anūpama) : Yang tidak ada bandingannya.

Anusasana vidha : Cara-cara.

Anussati/(skt. Anusmṛti) : 1). Penuh perhatian, 2). Perenungan.

Anusaya/(skt. Anusaya) : 1). Kekotoran batin yang terpendam, 2). Kecenderungan.

“Janganlah terus menggunakan pikiran untuk memikirkan segala hal, karena ia belum pernah diistirahatkan.

Tetapi apabila hal-hal jahat muncul, maka seharusnya gunakan pikiran untuk memeriksanya”

(Saṃyutta Nikāya I, 14)

Hal-hal yang dapat kita hindari agar tidak salah melangkah adalah tujuh Anusaya atau Kekotoran Batin yang Laten, yaitu:

Nafsu keinginan Indria (kāmarāga)

Mudah tersinggung (patigha)

Melekat pada pandangan-pandangan keliru (ditthi)

Keraguraguan (vicikicchā)

Kesombongan (māna)

Melekat pada kehidupan (bhavarāga)

Ketidaktahuan (avijjā)

(Anguttara Nikāya II, ii.)

Anusaya ini dikatakan sebagai laten karena walaupun mereka tidak muncul di pikiran, tetapi sebenarnya mereka tidak lenyap. Mereka berdiam jauh di bawah sadar kita. Mereka hanya beristirahat sejenak. Dan setiap saat, jika ada kondisi yang tepat, jika ada rangsangan yang kecil sekalipun, mereka dapat segera muncul kembali dengan kekuatan yang besar dan akan menguasai kita kembali.

Meskipun kita mengetahui masih memiliki ketujuh hal ini dalam diri kita, dan mungkin saja kita sedang dikuasai olehnya saat ini, tetapi kita mulai menyadari bahwa mereka sesungguhnya berbahaya. Mereka adalah musuh kita yang menyebabkan kita sengsara sehingga kita mulai enggan berurusan dengan mereka. Kita mulai tidak terlalu mementingkan emosi yang muncul. Seandainya mereka muncul, kita tidak perlu menganggapnya terlalu penting, dan tidak perlu mengikutinya.

Pada saat ini, kita mulai menyadari penyebab masalahnya adalah kita sendiri. Kita masih memiliki hal-hal negatif dalam diri kita. Tetapi kita tidak perlu merasa kecewa dengan diri sendiri. Karena bagaimanapun keadaan kita, kita dapat berubah menjadi lebih baik, dan lebih baik lagi.

”Tinggalkanlah kejahatan, O para bhikkhu!

Para bhikkhu, manusia dapat meninggalkan kejahatan.

Seandainya saja manusia tidak mungkin meninggalkan kejahatan,

Aku tidak akan menyuruh kalian melakukannya.

Tetapi karena hal itu dapat dilakukan maka Kukatakan,

“tinggalkan kejahatan!”

Seandainya saja meninggalkan kejahatan ini akan membawa kerugian dan penderitaan,

Aku tidak akan menyuruh kalian meninggalkan kejahatan.

Tetapi karena meninggalkan kejahatan membawa kesejahteraan dan kebahagiaan, maka Kukatakan,

“tinggalkan kejahatan!””

(Sumber: Gradual Sayings (Aṅguttara Nikāya) II, ii.)

Anuttara : 1). Tak ada bandingannya. 2). Tiada taranya.

Anuttara Samyak Sambodhi : Pencerahan sempurna yang tiada duanya (tertinggi) atau tidak ada yang tertinggi lainnya selain pencerahan dari makhluk bodhi (Buddha/Arahat).

Anuttaro bhisako : Dokter yang baik.

Seseorang yang dapat menyembuhkan mereka yang rohaninya sakit oleh karena kekotoran batin, dengan obat Dhamma.

Anuyoga : Ketekunan.

Antā : Ekstrim.

Antarābhava : Keadaan antara.

Apacāyana/(skt. Apacāyana) : 1). Menghormati, 2). Rendah hati.

Apāya/(skt. Apāya) : Alam tanpa kebahagiaan

Āpo-dhātu/(skt.Āpah-dhātu) : Unsur cair.

merupakan unsur yang bersifat kohesif (ikat-mengikat) dan dapat menyesuaikan diri, yang berfungsi memberikan sifat ikat -mengikat pada unsur lainnya. Unsur ini juga memberikan kelembaban dan cairan pada tubuh makhluk hidup.

Appana Samadhi : Tingkat pikiran yang telah terkonsentrasi dengan baik.

Disebut juga sebagai Rupa Jhana I, biasanya siswa menyadari bahwa ia memiliki Lima faktor Jhana, yaitu :

Vitakka : Usaha pikiran untuk menangkap obyek

Vicara : Pikiran yang telah menangkap obyek

Piti : Keguruan atau kenikmatan

Sukha : Kebahagiaan

Ekagatta : Pikiran terpusat dengan kuat

Appāyukā : Umur pendek.

Appābādhā : Sehat.

Appesakkā : Tak berpengaruh.

Appamada : Kewaspadaan.

Appamānābhā : Alam yang cahayanya tak terbatas.

Appamānasubha : Alam para Brahma dengan cahaya tak terbatas.

Appabhoga : Miskin.

Aradhaviriya : Penuh semangat, dan rajin.

Arahatta/(skt. arhattva) : Tingkat kesucian tertinggi.

Arahat/(skt.Arahant) : Orang yang terbebas dari semua belenggu, noda dan kotoran batin melalui realisasi Nibbana/nirwana, tingkat kesucian keempat, bebas dari tumimbal lahir.

Arahat ada empat macam, yaitu :

a). **Sukkavipassako :** yaitu arahat yang memiliki pandangan terang saja. Arahat ini hanya mencapai kesucian batin (asavakkhaya-nana) saja tanpa memiliki kemampuan batin (abhinna) lain.

b). **Tevijjo :** yaitu Arahat yang selain mencapai kesucian batin, juga memiliki tiga macam kemampuan batin.

Tiga kemampuan batin (Abhinna) tersebut adalah :

i. Pubbenivasanussatinana :

Yaitu kemampuan batin mengetahui kehidupan - kehidupan yang lampau.

ii. Dibbacakkhunana :

Yaitu kemampuan batin untuk mengetahui (alam) kelahiran dan kematian dari makhluk-makhluk.

iii. Asvakkhayanaana :

Yaitu kemampuan menghancurkan kekotoran-kekotoran batin.

c). **Chalabhinno :** yaitu Arahat yang memiliki enam kemampuan batin.

Enam kemampuan itu adalah :

i. Iddhividdhi :

Kemampuan batin fisik, seperti : kebal, merubah dirinya menjadi banyak dan sebaliknya, menghilang, jalan diatas air, melayang diangkasa, menyelam dalam tanah, embus dinding, merubah air menjadi minuman yang disukai dsb.

ii. Dibbasota :

Kemampuan batin untuk mendengarkan suara dari makhluk yang terlihat atau tidak terlihat (dewa, Asura, peta), suara dari tempat jauh atau dekat.

iii. Dibbacakkhu :

Kemampuan batin untuk melihat makhluk yang berwujud atau tidak berwujud, jauh atau dekat, terhalang oleh benda atau gunung. Kemampuan batin berfungsi seperti Catupapatana.

iv. Cetopariyanana :

Kemampuan untuk mengetahui apa yang dipikirkan oleh makhluk lain.

v. Pubbenivasanussatinana

vi. Asavakkhayanna

d). **Patisambhidapatto :** yaitu Arahat yang memiliki empat macam kemampuan kepintaran (*patisambhida*) :

i. Atthapatisambhida :

Kepintaran memberikan keterangan maupun mengetahui akibat- akibat perbuatan.

ii. Dhammapatisambhida :

Kepintaran meringkaskan (dhamma) atau mengetahui sebab-sebab perbuatan.

iii. Niruttipatisambhida :

Kepintaran menggunakan kata-kata atau bahasa.

iv. Patibhanapatisambhida :

Kepintaran menerapkan atau menyesuaikan dhamma. Arahat yang memiliki patibhanapatisambhida ini akan lancar dan mudah membabarkan dhamma, contohnya Bhikkhu Sariputra.

Semua Arahat adalah sama kesucian mereka, namun mengenai individu arahat, terdapat beberapa perbedaan berkenaan dengan kualitas atau hasil tambahan yang dimilikinya, yaitu abhinna atau patisambhida, hal ini seperti tersebut diatas.

Arakkha : Perlindungan pada milik.

Ārāma/(skt.Ārāma) : 1). Taman, tempat pertemuan sangha, 2). Vihara.

Ārati /(skt.Ārati) : Keengganan untuk hidup suci.

Arogya : Sehat.

Ariya / (skt. Ārya) : 1). Agung, 2). Mulia, 3). Suci

Ariya attahangika magga : 1). Jalan Mulia Beruas delapan, 2). Delapan Jalan kebenaran Mulia.

Ariya Puggala /(skt. Āryapudgala): Seseorang yang Agung atau Mulia.

Didalam Buddha Dhamma, ariya puggala lebih banyak diartikan sebagai “Makhluk suci”, yaitu manusia atau dewa yang telah menghancurkan atau melenyapkan dengan tuntas, tiga, lima atau sepuluh Samyojana, sehingga mencapai tingkat kesucian Sotapanna, Sakadagami, Anagami atau Arahat.

Ariya Sacca/(skt. Aryasatya) : Kesunyataan Mulia.

Arūpa /(skt.Arūpa): 1).Tidak berbentuk, 2).Tanpa materi.

Arūpa-bhava : 1). Proses-perwujudan tanpa-jasmani , 2).Alam yang tak berbentuk.

Arūpaloka : Alam tanpa jasmani.

Āsālha/(skt. Aṣādha) : Nama bulan keempat antara Juni-Juli.

Asampajano : Seorang makhluk tidak tahu.

Āsanna kamma : Kamma menjelang kematian.

Asaññasatta : Alam para makhluk tanpa kesadaran/pikiran.

Asanni : Tanpa persepsi.

Assada : a). Kegembiraan, 2). Tertarik.

Asankhata /(skt.Asamkhata) : 1).Tidak berkondisi, 2). Yang tidak tercipta.

Asankhata-dhamma/(skt.Asamskrta-dharma) : Sesuatu yang tidak bersyarat.

Asavakkhaya-nana : Kemampuan untuk membasmi Asava atau kekotoran batin.

Āsava/(skt. Āsrava) : Kekotoran batin.

Ada empat asava :

- Nafsu keinginan (Kama),

- Menjadi/lahir (Bhava),

- Pandangan salah (Ditthi) dan

- Ketidaktahuan/kebodohan (Avijja).

Asaya-Anusaya-Nana: Menemukan kecenderungan atau bakat lampau terpendam dalam diri seseorang.

Asura : Raksasa, Yaksa, Naga, Siluman, Gandharva, Jin dan sebagainya (termasuk kelompok iblis dan Mara).

Atakkavacara : Di luar logika (akal) manusia.

Atandito : Tidak malas.

Atappa : Alam yang tenteram.

Atita : Yang lampau, yang telah lalu.

Atmabhavadi : menyerahkan diri.

Atta / (skt. Atman) : 1). Jiwa, 2). Roh, 3). Aku, 4). Diri, 5). Ego.

Atta-upadana : Kemelekatan terhadap ajaran-ajaran tentang adanya jiwa yang kekal.

Attapi : Semangat.

Aṭṭha/(skt. aṣṭan) : Delapan.

Attha/(skt.Artha) : 1). Manfaat, 2). Makna, 3). Hakikat.

Aṭṭhaṅgasila/(skt. astanaṅgasila) : Delapan sila.

Attadīpa : Jadilah pulau bagi dirimu sendiri.

Attasarana : Janganlah menyandarkan nasibmu pada makhluk lain.

Attha-vimutto : Delapan macam kebebasan.

Attakiriyavada : Paha bebas berkehendak.

Avatāra/(skt. Avatāra) : Titisan.

Aviha : Alam yang dapat bertahan lama.

Avihimsā /(skt. Avihimsā) : 1).Tidak kejam, 2). Kasih sayang, 3). Pikiran senantiasa hendak menolong.

Avihisasankhappa : Pikiran yang bebas dari keinginan untuk mencelakai makhluk lain dan selalu mengembangkan cinta kasih terhadap makhluk lain.

Avijjā /(skt. Avidya): 1). Ketidaktahuan. 2). Kegelapan batin,

Tidak mengetahui kebenaran dan hakekat sesungguhnya segala sesuatu. Hakekat sesungguhnya bahwa batin dan jasmani itu dicengkeram oleh anicca, dukkha, dan anatta yang timbul dan padam dengan sebab akibat yang saling bergantung.

Karena tidak berpengetahuan, penganut duniawi yang tidak terbimbing memiliki pandangan yang keliru. Ia menganggap yang tidak kekal sebagai suatu yang kekal, yang menyakitkan sebagai kesenangan, yang bukan roh sebagai roh, yang bukan Tuhan sebagai Tuhan, yang tidak murni sebagai kemurnian, yang tidak nyata sebagai kenyataan.

Lebih jauh lagi, avijja adalah tidak memahami lima kelompok kehidupan (pancakkhandha), atau batin dan jasmani. secara singkat ; ia tidak mengetahui paticcasamuppada.

Ketidaktahuan atau kegelapan batin adalah salah satu akar penyebab seluruh kekotoran batin, seluruh perbuatan jahat (akusala). Semua pikiran jahat merupakan akibat dari kebodohan. Jika tidak ada kebodohan maka perbuatan jahat, baik melalui pikiran, ucapan ataupun tindakan jasmani tidak akan dilakukan. Itulah sebabnya ketidaktahuan disebutkan sebagai mata rantai pertama dari 12 mata rantai Paticcasamuppada.

Meskipun ketidaktahuan (Avijja) merupakan mata rantai pertama dari 12 mata rantai Paticcasamuppada namun tidak seharusnya dianggap sebagai penyebab utama segala sesuatunya.

Paticcasamuppada ini semata-mata menjelaskan proses kelahiran dan kematian, tumibal lahir dan penderitaan dan bukanlah suatu teori yang menerangkan tentang asal –muasal terjadinya alam semesta, ataupun asal-mula dari makhluk. Tentu saja ia bukan penyebab utama, karena segala sesuatu yang timbul merupakan rangkaian dari sebab-sebab pendahulu tertentu, sehingga tidak ada sebab pertama, tak ada gambaran mengenai penyebab pertama dalam pemikiran Buddhist.

Ajaran Paticcasamuppada dapat digambarkan dengan suatu lingkaran mata rantai karena ia merupakan siklus kehidupan. Dalam sebuah lingkaran, titik manapun dapat dianggap sebagai titik awal.

Setiap faktor dari Paticcasamuppada dapat digabungkan dengan yang lain dalam rangkaian yang sama, dan karena itulah, tak ada satupun faktor yang dapat berdiri sendiri ataupun berfungsi tanpa bergantung kepada

yang lain, semuanya saling berkaitan dan tak terpisahkan.

Sebab musabab yang saling bergantung adalah suatu proses yang tak terputus. Dalam proses ini tak ada yang tetap atau pasti, melainkan seluruhnya berada dalam suatu putaran. Ini merupakan timbulnya keadaan yang selalu berubah bergantung pada kondisi serupa yang cepat berlalu. Di sini tak ada kematian ataupun kehidupan yang mutlak, hanyalah fenomena kosong yang berputar (suddha dhamma pavattanti).

Karena itulah, ketidaktahuan, faktor pertama dari mata rantai, bukan merupakan satu-satunya keadaan yang menimbulkan bentuk-bentuk kamma, karena ketidaktahuannya, ia berjalan semauanya maka akhirnya mengkondisikan faktor kedua yaitu sankhara. Jadi, faktor-faktor dari Patīccasamuppāda juga saling mendukung satu sama lain dalam cara yang beraneka ragam.

Akar daripada keberadaan dan penderitaan adalah kegelapan batin. Dijelaskan dalam Sutta sebagai berikut "Tidak mengetahui tentang penderitaan, tidak mengetahui tentang asal mula penderitaan, tidak mengetahui tentang berhentinya penderitaan, tidak mengetahui tentang jalan menuju berhentinya penderitaan (yakni ketidaktahuan tentang Empat Kebenaran Mulia) – Inilah yang disebut dengan kegelapan batin."

Majjhima Nikaya 9 - Samma Ditthi Sutta menyatakan :

"Dengan munculnya asava, muncullah kegelapan batin..."

Dengan munculnya kegelapan batin, muncullah asava."

Dengan kata lain, penyebab daripada kegelapan batin adalah asava dan penyebab dari asava adalah kegelapan batin. Mereka saling mengkondisikan satu sama lain. Asava secara harafiah berarti pengaliran (leakage) dan tepat diterjemahkan sebagai suatu keadaan pengaliran mental yang tidak terkendali.

Avijjogha : Merupakan banjir ketidaktahuan.

Terdapat delapan macam ketidaktahuan/ kebodohan batin, yaitu:

1. **Dukkhe aññāṇa:** ketidaktahuan mengenai penderitaan.

2. **Dukkhasamudaye aññāṇa:** ketidaktahuan mengenai sebab penderitaan.

3. **Dukkhanirodhe aññāṇa:** ketidaktahuan mengenai akhir penderitaan.

4. **Dukkhanirodhagāminiyapañipadāye aññāṇa:** ketidaktahuan mengenai jalan yang membawa pada akhir penderitaan.

5. **Pubbante aññāṇa:** ketidaktahuan mengenai masa lampau.

6. **Aparante aññāṇa:** ketidaktahuan mengenai masa yang akan datang.

7. **Pubbantāparante aññāṇa:** ketidaktahuan mengenai masa lampau dan masa yang akan datang.

8. **Idappaccayatāpaṭṭiccasamuppānesu dhammesu aññāṇa:** ketidaktahuan mengenai hukum sebabmusabab yang saling bergantung.

Avirodha : Tanpa halangan.

Āvuso / (skt. ayuṣmat) : Sahabat.

Avyākata : 1). Tidak dapat diterangkan, 2). Netral.

Ayasma : 1). Yang Ariya, 2). Bhante.

Āyatana/ (skt. Āyatana) : 1). Landasan indriya, 2). Tempat tinggal, 3). Sumber.

Enam alam dalam Enam landasan indriya ; mata, telinga, hidung, lidah, badan jasmani dan pikiran enam alam ekstern : bentuk yang dapat dilihat, suara, bau-bauan, perasaan lidah, benda yang dapat disentuh dan obyek pikiran.

Ayatanappannatti : Landasan indriya.

KELOMPOK : B (1)

Bahussutta/ (skt. Bahusruta) : 1). Ia yang telah banyak mendengar, 2). Berpengetahuan luas.

Bavhābādhā : Berpenyakitan.

Bhavogha : Banjir perwujudan menunjukkan semua alam-alam kehidupan, di mana kelahiran dan kematian dapat diharapkan.

Bija : Benih, bibit, asal-mula, sebab.

Bija Niyāma : Hukum Biologis.

Bodhi (Bo-tree) : 1). Penerangan, 2). Pengetahuan tinggi, 3). Pohon kebijaksanaan.

Ficus religiosa; dibawah pohon ini Sang Buddha mendapatkan Kesadaran Agung ; juga disebut pohon Assattha.

Bodhicitta : Tekad mencapai pencerahan kebuddhaan.

Bagaimana kita dapat mengembangkan Bodhicitta atau tekad mencapai keBuddhaan ini? Kita dapat mengembangkannya bila kita telah dapat mengikrarkan "Tekad" kita. Apakah yang dimaksud dengan "Tekad"? Tekad adalah tujuan positif yang akan kita hadapi dan jalankan.

Untuk menimbulkan tekad, apa yang harus kita lakukan? Tekad dapat timbul di saat kita telah:

- Melepaskan keserakahan.
- Melepaskan kebencian.
- Melepaskan kebodohan.

Tekad terbagi menjadi 2 jenis:

Tekad kecil.

Tekad ini biasa dilakukan oleh orang awam, dan umumnya hanya untuk diri sendiri atau keluarga, tidak peduli dengan orang banyak.

Tekad besar.

Tekad ini dilakukan oleh orang yang telah mengerti tentang Bodhicitta, atau mereka yang mau menjalankan jiwa dan semangat Bodhisattva. Orang-orang ini selalu menyadari bahwa makhluk hidup yang ada di alam semesta ini hidup dengan penuh penderitaan. Bagi mereka yang melaksanakan, dan menjalankan jiwa/semangat Bodhisattva akan selalu bertekad melakukan kebajikan tanpa mengharapkan imbalan untuk menolong agar semua makhluk hidup bahagia dan dapat mencapai Alam Bahagia (Tanah Suci Sukhavati). Apapun sebab yang kita perbuat, baik maupun buruk, kita pasti akan menerima akibatnya. Hal ini tidak

terelakkan, tidak bisa dipungkiri dan tidak dapat dihapus dengan apapun juga.

Setelah menjalankan tekad besar ini dengan ikhlas dan tulus, sekaligus melepaskan keserakahan dan keterikatan akan nama dan kedudukan, barulah dengan sendirinya seseorang dapat mengembangkan Bodhicitta (bertekad mencapai pencerahan kebuddhaan, untuk menolong sesama makhluk).

Ada hal lain yang penting untuk disadari. Sebenarnya segala sesuatu juga tidak terlepas dari proses jodoh.

Untuk mengembangkan dan melaksanakan jiwa/semangat Bodhisattva inipun juga tergantung proses jodoh.

Bila tidak mempunyai satu pertemuan antara A dan B, maka jiwa Bodhisattva tidak dapat terlaksanakan.

Proses jodoh apa saja yang memungkinkan bagi kita untuk mengembangkan Bodhicitta?

Mengingat jasa Sang Buddha, Guru Junjungan kita:

· Mengingat saat Sakyamuni Buddha pertama kali mengembangkan tekad untuk menolong seluruh makhluk.

· Mengingat jasa Sang Buddha bagi kita di saat kita ditutupi oleh kebodohan sendiri dan tidak dapat menerima pendapat dan nasehat orang lain. Dengan kebodohan ini kita masuk neraka untuk menerima karma buruk yang telah kita perbuat. Melihat penderitaan yang kita alami, Sang Buddha pasti akan merasakan sedih dan berusaha untuk menolong kita dengan cara apapun juga.

Sang Buddha selalu dengan jiwa besar mengembangkan dan menjalankan Bodhicitta demi kita semua dan seluruh makhluk di Alam Semesta ini.

Mengingat jasa kedua orang tua kita:

· Mengingat ibu yang melahirkan kita dan orang tua yang telah memelihara kita hingga dewasa.

· Selalu mengenang jasa kedua orang tua kita di setiap kehidupan.

· Mengenang jasa orang tua kita di kehidupan yang lampau, intinya, semua makhluk adalah orang tua kita.

Mengingat jasa para guru:

· Mengingat jasa Guru Besar kita yang telah mengajarkan Dharma kepada kita.

· Mengingat jasa guru sekolah dari kelompok bermain hingga kita sarjana.

· Mengingat bahwa kehidupan para guru hanyalah dari pengabdian saja.

· Mengingat orang-orang yang telah berjasa:

· Mengingat jasa para petani, pahlawan, dokter dan lainnya.

Mengingat jasa para makhluk hidup:

· Kita harus menyadari bahwa kita tidak dapat hidup tanpa orang lain.

Menyadari bahwa setiap makhluk hidup ada kaitannya dengan kita dan ini disebut dengan tali perjodohan yang telah terjalin berkala-kala yang lalu.

Mengingat penderitaan hidup dan mati:

· Kita dan para makhluk lain tidak hentinya lahir dan mati.

Kita kadang terlahir di Alam Bahagia, kadang terlahir di alam manusia, dan kadang terlahir di alam neraka, yang mana sama-sama menerima penderitaan dan penyiksaan yang diakibatkan oleh karma perbuatan buruk kita sendiri.

Mengingat para Sesepuh:

· Mengingat para Buddha dan Sakyamuni Buddha yang telah mencapai pencerahan sempurna.

· Mengingat para Bodhisattva yang selalu melaksanakan Bodhicitta demi menolong sesama makhluk.

· Mengingat para sesepuh yang telah mencapai pencerahan.

Menyadari bahwa kita masih saja terus bergelut dengan karma dan tumimbal lahir.

Menyesali karma-karma buruk:

· Karma buruk kecil saja kita sudah sulit menerimanya, apalagi karma buruk besar. Apakah kita dapat menerimanya?

Meminta terlahir di Alam Bahagia (Pantai Seberang):

· Melatih diri dengan tekun.

· Mengembangkan perbuatan baik.

· Mengembangkan jiwa dan melapangkan dada untuk selalu berdana.

Bila tidak mengembangkan kebajikan, maka sulitlah untuk dapat mencapai Pantai Bahagia. Ini disebut kemunduran atau kegagalan dalam mengembangkan bibit Bodhicitta.

Berupaya agar Buddhadharma tidak musnah:

· Sang Buddha mengajarkan DharmaNya, dan mengajarkan bagaimana menjalankan Dharma.

· Selalu melatih diri, selalu sabar atas yang sulit disabari, selalu melakukan perbuatan baik yang sulit dilakukan.

· Tidak membeda-bedakan, tidak gossip, dan tidak menciptakan keributan.

Bodhisatta/ (skt.Bodhisattva): Makhluk Agung yang bercita-cita untuk mencapai Penerangan Sempurna/menjadi Buddha.

Seorang Bodhisattva adalah calon Buddha.

Seorang Bodhisattva berikrar untuk menjadi Buddha.

Seorang Bodhisattva berjuang demi menguntungkan makhluk lainnya.

Bodhisattva digolongkan menjadi tiga kelompok, yaitu :

a. Paññadhika Bodhisattva :

adalah calon Samma Sambuddha yang memiliki Pañña (kebijaksanaan) yang kuat. Untuk mencapai keBuddha-an ia harus melaksanakan dan memenuhi paramita (faktor-faktor yang diperlukan untuk mencapai kebuddhaan) sekurang-kurangnya selama empat Asankheyya dan seratus ribu kappa.

b. Saddhādhika Bodhisattva :

adalah calon Samma Sambuddha yang memiliki Saddhā (keyakinan) yang kuat. Untuk mencapai kebuddhaan, ia harus melaksanakan dan memenuhi paramita sekurang-kurangnya selama Delapan Asankheyya dan seratus ribu kappa.

c. Viriyādhika Bodhisattva :

adalah calon Samma Sambuddha yang memiliki viriya (semangat) yang kuat. Untuk mencapai kebuddhaan ia harus melaksanakan dan memenuhi paramita sekurang-kurangnya selama enam Asankheyya dan seratus ribu kappa. (tentang Buddha ini dapat dirujuk pada : Samyutta Nikaya Atthakatha 1.47). Untuk mencapai tingkat kebuddhaan, seorang bodhisattva harus dengan tekun melaksanakan Paramita (faktor yang dibutuhkan untuk mencapai kesempurnaan) yaitu Dasa paramita atau Sadparamita.

Dalam tradisi Mahayana, Bodhisattva akan berusaha menjadi Buddha agar memiliki kemampuan terbaik untuk menolong semua makhluk. Begitu banyaknya jumlah Bodhisattva, berikut ini hanya beberapa contoh Bodhisattva yang pada umumnya di puja:

1. Akasagarbha Bodhisattva (Xukongzàng púsà)

adalah salah satu dari delapan Bodhisattva besar.

Mantranya: Namó Akasagarbhaya om arya kamari mauli svaha .

Mantra ini dipercaya dapat meningkatkan kebijaksanaan bagi mereka yang membacanya.

2. Avalokitesvara atau Chenrezig (Guanyin)

adalah Bodhisattva yang mewakili welas asih para Buddha. Dilihat dari asal katanya, Avalokite (tertampak) dan Isvara (Tuhan) dan dalam bahasa Mandari diterjemahkan sebagai Bodhisattva yang melihat dan mendengar suara dunia.

Mantranya: Om Mani Padme Hum.

Avalokitesvara berikrar tidak akan pernah istirahat sampai semua makhluk bebas dari samsara.

3. Mahasthamaprapta (Da Shì Zhì)

adalah Bodhisattva yang melambangkan kekuatan kebijaksanaan dan sering digambarkan bersama Avalokitesvara dan Amitabha. Tidak seperti Bodhisattva lainnya, nama Bodhisattva ini umumnya kurang dikenal. Dalam Shurangama Sutra, Mahasthamaprapta menceritakan bagaimana Beliau mendapatkan pencerahan melalui pelafalan Buddha, atau kesadaran murni terhadap Buddha secara berlanjut, untuk mencapai Samadhi.

4. Ksitigarbha (Dizàng Wáng Púsà)

dapat diterjemahkan sebagai “Bumi tempat menyimpan ke-sepuluh sutra”. Ksitigarbha sering digambarkan dengan mahkota yang terdapat Dhyanī Buddha dan memegang tongkat. Bodhisattva ini memiliki ikrar, sebagai berikut : “Jika neraka belum kosong, maka aku tidak akan menjadi Buddha.”

5. Maitreya

mengajarkan Dharma. Maitreya diturunkan dari kata maîtri, yang berarti cinta kasih. Bhiksu Pu Tai, yang hidup pada zaman Dinasti Tang.

Mantranya: Om maitri maitreya maha karuna ye.

6. Manjusri (Wénshushili Púsà)

adalah dikenal sebagai Pangeran Dharma. Beliau mewakili kebijaksanaan, intelegensi, dan realisasi. Beliau juga disebut Manjughosa. Beliau digambarkan memegang pedang di tangan Ra Pa Tsa Na Dhih dipercaya memperkuat kebijaksanaan dan meningkatkan keahlian mengingat, berdebat, menulis, dan menjelaskan.

7. Samantabhadra (Puxián púsà)

adalah Raja Kebenaran yang melambangkan praktek dan meditasi semua Buddha. Di dalam Avatamsaka Sutra, dijelaskan bahwa Beliau membuat sepuluh ikrar yang menjadi dasar praktek Bodhisattva.

8. Vajrapani (permata di tangan)

adalah salah satu dari Bodhisattva terawal di tradisi Mahayana. Beliau adalah pelindung dan pemandu Buddha, melambangkan kekuatan Buddha. Vajrapani menjadi salah satu dari tiga sifat Buddha, yaitu melambangkan kekuatan. Selain itu, terdapat Avalokitesvara yang melambangkan welas asih dan Manjusri yang melambangkan kebijaksanaan.

9. Tara atau Arya Tara (Tibetan: Jetsun Dolma)

umumnya lebih dikenal dalam Budhisme Tibet. Beliau adalah ibu pembebas dan melambangkan kesuksesan dalam aktivitas dan pencapaian. Tara memiliki berbagai bentuk seperti: Tara Hijau, Putih, Merah, Hitam, Kuning, Biru, Cittamani, dan Khadiravani.

Mantra Tara : Om Tare Tu Tare Ture Svaha

10. Skanda Bodhisattva (Wei Tuo Pu Sa)

sebagai Bodhisattva yang dihormati sebagai penjaga Dharma di monastery. Beliau adalah satu dari dua puluh empat Bodhisattva penjaga. Dalam sutra Cina, biasanya gambar Bodhisattva ini ditemukan di akhir, mengingat ikrarnya untuk melindungi Dharma.

11. Sangharama Bodhisattva (Qielán Púsà)

dihormati sebagai Bodhisattva dan pelindung Dharma. Beliau adalah penjaga vihara dan rupangnya berada di sebelah kiri, berlawanan dengan Skanda Bodhisattva yang berada di kanan. Selain di atas, masih banyak lagi nama-nama Bodhisattva yang dipuja dan dihormati. Namun, sesungguhnya kita perlu menyadari bahwa selain melakukan pemujaan, kita harus meneladani sifat-sifat Mereka. Kita menjadikan Mereka figur, berjuang tanpa henti untuk menjadi seperti Mereka demi menolong semua makhluk bebas dari lautan penderitaan menuju ke pantai seberang.

KELOMPOK : B (2)

Bodhimāṇḍa : Singgasana yang menakutkan dimana Sakyamuni mencapai penerangan Sempurna.

Bojjhaṅga/(skt.bodhyaṅga) : 1). Faktor-faktor kesadaran (penerangan) Agung, 2). Faktor bodhi(kebijaksanaan), 3). Penerangan sejati.

Buddha : Yang Sadar, orang yang telah memperoleh Penerangan (kesadaran) Agung.

Arti Buddha (dalam Khuddaka Nikaya) adalah:

1. Dia Sang Penemu (Bujjhita) Kebenaran
2. Ia yang telah mencapai Penerangan Sempurna
3. Ia yang memberikan penerangan (Bodhita) dari generasi ke generasi

4. Ia yang telah mencapai kesempurnaan melalui penembusan, sempurna penglihatannya, dan mencapai kesempurnaan tanpa bantuan siapapun.

Tingkat kebuddhaan adalah tingkat pencapaian penerangan sempurna. Menurut tingkat pencapaiannya, Buddha dibedakan menjadi 3 macam, yaitu:

1. Sammā Sambuddha

Orang yang mencapai tingkat kebuddhaan dengan usahanya sendiri, tanpa bantuan makhluk lain dan Ia Mampu mengajarkan ajaran yang ia peroleh (Dhamma) kepada makhluk lain, sehingga merekapun bisa mencapai tingkat-tingkat kesucian seperti dirinya. Samma Sambuddha disebut juga sebagai Sabbanu Buddha atau Buddha Maha Tahu, tetapi hal ini bukan dalam pengertian bahwa beliau mengetahui segala sesuatu pada satu saat. Melainkan ia dapat mengetahui segala sesuatu bila ia menginginkannya, dengan cara satu persatu dan „Segala sesuatu“ itu diketahuinya.

Dalam Mahapadana Sutta, Digha Nikaya; diuraikan tentang tujuh Samma Sambuddha, yaitu : Vipassi, Sikhi, Vessabhu, Kakusandha, Konagamana, Kassapa dan Gotama. Dalam kitab Buddhavamsa disebutkan dua puluh empat Samma Sambuddha yang telah menyatakan (vyakarana) Buddha Gotama akan muncul di dunia. Para Buddha tersebut adalah : Dipankara, Kondanna, mangala, Sumana, revata, Sobhita, Anomadassi, Paduma, Narada, Padumuttara, Sumedha, Sujata, Piyadassi, Atthadasi, Dhammadassi, Siddhata, Tissa, Phussa dan tujuh Samma Sambuddha yang disebut dalam Mahapadana Sutta.

Dalam Buddhavamsa disebutkan tiga Buddha yang muncul sebelum Buddha Dipankara, yaitu : Tanhankara, Medhankara dan saranankara.

Dalam kitab Lalitaviskara disebutkan ada 54 Samma Sambuddha, sedangkan dalam Mahavastu disebut lebih dari seratus Buddha. Dalam Cakkhavi Sihananda Sutta, Digha Nikaya, menyebutkan Samma Sambuddha akan datang adalah Buddha Metteya, yang akan lahir pada masa kappa sekarang. Dalam kitab Anagatavamsa menguraikan secara rinci tentang Buddha Metteya.

Dalam kitab Buddhavamsa Atthakatha disebutkan tentang empat hal yang tidak akan terjadi pada seorang Buddha, yaitu :

- Empat kebutuhan pokok yang telah direncanakan untuk didanakan kepada Sang Buddha tidak akan gagal disampaikan,
- Tak seorangpun dapat membunuh Sang Buddha,
- Tiga puluh dua tanda manusia agung (Mahapurisalakkhana) tidak mungkin dilukai,
- Tak ada sesuatu yang dapat menghalangi sinar (aura) tubuh Sang Buddha.

2. Pacceka Buddha

Orang yang mencapai tingkat kebuddhaan dengan usahanya sendiri, tanpa bantuan makhluk lain. Ia Tidak mengajarkan ajaran yang ia peroleh kepada makhluk lain secara meluas, Yang diajar tersebut belum mampu mencapai tingkat-tingkat kesucian seperti dirinya.

Definisi tentang Pacceka Buddha dapat ditemukan pula dalam Puggalapannati, Abhidhamma Pitaka.

Pencapaian ke-Pacceka Buddha-an diusahakan dengan cara melaksanakan sepuluh paramita (dasa Paramita) paling kurang selama dua asankheyya kappa dan seratus ribu kappa. Para Pacceka Buddha mencapai dan memiliki semua iddhi, amapatti dan patisambhida, namun mereka lebih rendah kemampuannya dari Samma Sambuddha. Mereka menahbiskan bhikkhu dan memberikan pelajaran, namun ajaran mereka hanya bertalian dengan perbuatan-perbuatan baik (abhisamacarikasikha) biasa saja.

Bilamana seseorang menjadi pacceka buddha, maka Pacceka Buddha yang lain akan mendatanginya dan bertanya. Sebagai jawabannya, ia akan menceritakan keadaannya sehingga ia menjadi Pacceka Buddha.

Demikian pula, ketika ada seorang Pacceka Buddha akan meninggal, maka para Pacceka Buddha akan datang. Pacceka Buddha yang akan meninggal menyatakan “permisi” kepada mereka lalu ia meninggal. Setelah ia meninggal, para Pacceka Buddha akan mengkremsikannya dan relihnya lenyap. Para Pacceka Buddha dapat muncul di bumi ini bersama-sama dalam jumlah yang banyak pada waktu atau masa yang bersamaan, hal ini disebutkan dalam Isigili Sutta.

3. Sāvaka Buddha

Orang yang mencapai tingkat kebuddhaan karena mendengarkan dan melaksanakan ajaran dari Sammasambuddha. Mampu mengajarkan ajaran yang ia peroleh kepada makhluk lain. Yang diajar bisa mencapai tingkat-tingkat kesucian seperti dirinya. (**tentang Buddha ini dapat dirujuk pada : Samyutta Nikaya Atthakatha 1.47**)

Para Buddha pada dasarnya mempunyai tiga prinsip dasar ajaran, yaitu seperti yang tercantum di dalam Dhammapada 183 sebagai berikut:

Sabbapapassa akaranam = tidak melakukan segala bentuk kejahatan.

Kusalasupasampada = senantiasa mengembangkan kebajikan.

Sacittapariyodapanam = membersihkan batin dan pikiran.

Etam buddhana sasanam = inilah ajaran para Buddha.

Ajaran Sang Buddha memberikan bimbingan kepada kita untuk membebaskan batin dari kemelekatan kepada hal yang selalu berubah (anicca), yang menimbulkan ketidakpuasan (dukkha); karena semuanya itu tidak mempunyai inti yang kekal, tanpa kepemilikan (anatta). Usaha pembebasan ini dilakukan sesuai dengan kemampuan dan pengertian masing-masing individu.

Jadi, ajaran Buddha bukan merupakan paksaan untuk dilaksanakan. Sang Buddha hanya penunjuk jalan pembebasan, sedangkan untuk mencapai tujuan itu tergantung pada upaya masing-masing.

Bagi mereka yang tidak ragu-ragu lagi dan dengan semangat yang teguh melaksanakan petunjuk-Nya itu, pasti akan lebih cepat sampai dibandingkan dengan mereka yang masih ragu-ragu dan kurang semangat.

Sang Buddha sebagai penunjuk jalan tidak menjanjikan sesuatu hadiah ataupun hukuman bagi para pengikutnya, sebab Beliau mengajarkan Dhamma atas dasar cinta kasih, tanpa pamrih apapun bagi dirinya.

Beliau berpedoman kepada 3 dasar kebijaksanaan yang bebas dari pamrih, yaitu:

Beliau tidak girang atau gembira bilamana ada orang yang mau mengikuti ajarannya.

Beliau tidak akan kecewa atau menyesal bilamana tidak ada orang yang mau mengikuti ajarannya. Beliau tidak merasa senang atau kecewa bilamana ada sebagian orang yang mau mengikuti ajaran-Nya, dan ada sebagian lagi yang tidak mau mengikuti ajaran-Nya.

Adalah bijaksana bila sebagai umat Buddha, setelah terlahir sebagai manusia janganlah tenggelam di dalam kepuasan sang 'aku'. Di dunia ini kita telah diberi warisan yang sangat berharga oleh para bijaksana. Sungguh bahagia bagi manusia yang bisa menerima ajaran Buddha yang telah dibabarkan di hadapan kita. Mengapa? Karena hadirnya seorang Buddha di alam kehidupan ini adalah sangat jarang. **Di dalam Dhammapada 182 disebutkan demikian:**

Kiccho manussapatilabho

sungguh sulit untuk dapat dilahirkan sebagai manusia.

Kiccho maccana jivitam

sungguh sulit kehidupan manusia.

Kiccho saddhammasavanam

sungguh sulit untuk dapat mendengarkan ajaran benar.

Kiccho Buddhanam uppado

sungguh sulit munculnya seorang Buddha .

Catatan :

- Bahasa Pali biasanya dipakai di Theravada.

- Bahasa Sanskerta dan Mandarin biasa dipakai di Mahayana.

Buddhasāsana/(skt.Buddhashāsana) : Ajaran Sang Buddha yang kini menjadi agama Buddha.

Buddhaguna /(skt.Buddhaguna) : Sifat-sifat mulia Sang Buddha.

Di dalam Anguttara Nikaya Tikanipata 20/265, disebutkan tentang sifat-sifat mulia Sang Buddha, atau disebut Buddhaguna. **Ada sembilan Buddhaguna, yaitu:**

- **Araham :** manusia suci yang terbebas dari kekotoran batin.
- **Sammāsambuddha :** manusia yang mencapai penerangan sempurna dengan usahanya sendiri .
- **Vijjāraṇasampanno :** mempunyai pengetahuan sempurna dan tindakannya juga sempurna.
- **Sugato :** yang berbahagia.
- **Lokavidu :** mengetahui dengan sempurna keadaan setiap alam .
- **Anuttaro purisadammasarathi :** pembimbing umat manusia yang tiada bandingnya .
- **Satta devamanussanam :** guru para dewa dan manusia.
- **Buddha :** yang sadar

· **Bhagava :** yang patut dimuliakan (dijunjung)

Buddha-Cakkhu : 1). Mata Buddha, 2). Maha tahu.

Buddhatta/(skt.Buddhatva) : Kebuddhaan.

Buddharatana /(skt.Buddharatna) : Mustika Buddha.

Sang Buddha adalah guru agung junjungan yang telah memberikan ajarannya kepada para Dewa dan manusia agar mereka dapat mencapai kebebasan Mutlak (Nibbana).

Bhagavā/(skt.Bhagavant) : 1). Yang terberkahi, 2). Yang mulia, 3). Guru junjungan, 4). Yang Agung.

Byāpāda/(skt.Vyāpāda) : 1). Keinginan jahat, 2.) Dendam.

Brahma/(skt.Brahman) : 1). Pencipta alam semesta, 2). Dewa agung umat Hindu.

Brahma Pārisajja : Alam dari para pengikut Brahma.

Brahma Purohita : Alam dari para menteri Brahma.

Brāhmaṇa : Pendeta agama Hindu.(anggota kasta tertinggi dalam agama Hindu).

Brahmacariya/(skt.Brahmacarya) : Kehidupan suci (Selibat, tidak kawin).

Brahmavihāra /(skt.Brahmavihāra) : 1). Keadaan Batin Luhur, 2). Empat kediaman luhur.

Yaitu pengembangan cinta kasih (mettā), belas kasihan (karuṇā), simpati atas kebahagiaan orang lain (muditā) dan keseimbangan batin (upekkhā) yang dipancarkan tanpa batas ke seluruh penjuru alam semesta.

Bhante : Guru yang mulia.

Bhassa-samacara : Tingkah laku pembicaraan.

Bhāva/(skt.Bhāva) : 1). Proses-perwujudan/dumadi, 2). Proses menjadi, 3). Menjelma.

Suatu keinginan untuk dilahirkan dalam alam-alam berbentuk dan alam-alam tidak berbentuk (rūpa dan Arūpa Bhāva).

Bhāva-taṇhā/(skt.Bhavatrsnā) : 1). Kehausan akan kelangsungan dan kelahiran, 2). Keinginan untuk menjelma kembali.

Keinginan ini didasarkan pada pandangan tentang „adanya jiwa yang kekal“, dengan pengertian bahwa setelah kita mati akan terlahir kembali dengan jiwa yang sama. Jiwa ini akan tetap ada selamanya.

Pandangan ini disebut sebagai pandangan kekekalan (Attavada). Bhāvatanhā berkaitan erat dengan Kamatanhā.

Bhāvanāmaya : Kebijaksanaan yang dicapai melalui perkembangan pandangan terang (Vipassanā Bhāvana)

Bhavanāmaya pañña : Melatih pengembangan batin, cara melaksanakan meditasi.

Pengetahuan yang diperoleh dari dengan meditasi, dengan demikian seseorang akan memahami kebenaran intuitif yang berada di luar jangkaun pemahaman secara logika.

Bhavanirodha : Penghentian kelangsungan dan tumibal lahir.

Bhāvanā /(skt.Bhāvanā) : Meditasi, Pengembangan batin.

Secara harfiah berarti „mengolah“ atau „mengembangkan“, yaitu usaha (cara; tehnik) untuk menjinakkan dan menjaga pikiran, dimulai dengan mendisiplinkan, menanamkan pengertian, dan membebaskan pikiran. Ada dua jenis meditasi yaitu :

· **Samatha bhavana :** Konsentrasi, meditasi untuk memperoleh ketenangan batin (lihat huruf “S” pada “ Samatha bhavana).

· **Vipassana bhavana :** adalah tehnik meditasi Pengembangan wawasan, penerapan kesadaran,

kemawasdirian (Insight meditation) untuk dapat melihat batin kita sehingga seseorang akan dapat melihat segala sesuatu seperti apa adanya.

Obyek Meditasi

Obyek meditasi merupakan alat bantu yang mengarahkan pikiran seseorang agar cepat terpusat, dan Obyek meditasi ini harus disesuaikan dengan wataknya (carita) agar ia mudah memusatkan pikirannya. Apabila Obyek meditasi tidak sesuai dengan carita, maka pemusatan pikiran sangat sulit atau lambat sekali dapat tercapai.

Ada 40 macam Obyek meditasi yang biasa digunakan oleh umat Buddha.

· **Obyek meditasi yang sesuai dengan Ragacarita adalah 10 Asubha** (menjijikkan atau tidak indah) dan Kayagatasati. Asubha adalah obyek meditasi berupa mayat, sedangkan Kayagatasati adalah obyek pada Tubuh.

· **Obyek meditasi untuk Dosacarita ada 8 buah, yaitu empat kasina warna** (merah, putih, biru, kuning) dan empat apamanna (brahmavihara) yaitu : Metta, Karuna, Mudita dan Upekha.

· **Obyek meditasi bagi Mohacarita dan Vittakacarita adalah memper hatikan pernapasan (Anapanasati)** yaitu memperhatikan masuk dan keluarnya napas dan pikiran kita hanya bertugas memperhatikan hal ini saja tanpa memberikan komentar apapun.

· **Obyek meditasi bagi Saddhacarita adalah 6 perenungan (Anussati),** yaitu perenungan tentang Buddha, Dhamma, Sangha, sila, Caga dan Devata.

· **Obyek meditasi bagi Buddhacarita ada 4 buah yaitu,** Maranasati (perhatian pada kematian), Upasamanussati (perenungan tentang ketenangan), Aharepetikkulasanna (perenungan atau berkesan bahwa makanan adalah menjijikkan) dan Catudhatu vavatthana (Analisis empat unsur yang membentuk tubuh).

· **Obyek meditasi untuk Sabbacarita ada 10 buah,** yaitu 6 kasina dan 4 arupa. Enam kasina yaitu : Pathavi (zat padat), Apo (zat cair), tejo (zat panas, api), vayo (zat udara, angin). Akasa (ruang) dan Aloka (sinar). Sedang 4 arupa (Akasananca, Vinnanancayatana, Akincannayatana dan Nevasannanannayatana) merupakan obyek meditasi bagi mereka yang telah sukses mencapai Rupa jhana dan berkeinginan untuk mengembangkan Rupa Jhana.

Tiga puluh enam obyek merupakan dasar untuk mencapai Rupa jhana, Sedangkan empat obyek Arupa hanya dipergunakan setelah seseorang sukses mencapai Rupa jhana IV dan berkeinginan untuk melanjutkan meditasinya agar mencapai Arupa jhana.

Bhāvetabba : Konsekwen.

Bhaya-gati : Dorongan ketakutan.

Bhesajja/(skt.Bhaisajya) : Obat.

Bhesajjaguru/(skt.Bhaisajya Guru) : Dokter ahli dalam ilmu pengobatan.

Bhikkhu/(skt.Bhiksu) : Rahib pria agama Buddha yang telah menerima upasampada (pentahbisan), secara harafiah berarti: penerima dana.

Bhikkhuni / (skt.Bhiksuni) : Rahib wanita agama Buddha

Bhiru / (skt.Bhiru) : Ketakutan

Bhisakka : Dokter.

Mustika yang pantas untuk diyakini oleh umat Buddha, karena Beliau mempunyai ciri-ciri sembilan Buddhaguna.

Bhojana mattannu : Bersikap sedang-dalam hal makan.

Bhuta / (skt.Bhuta) : 1). Unsur-unsur alam, 2). Unsur dasar, 3). Setan.

KELOMPOK : C

Cāga: 1). Kemurahan hati, 2). Bebas, 3). Kedermawanan.

adalah suatu usaha untuk meringankan penderitaan makhluk lainnya. Kita harus saling berbagi dengan sesama sesuai dengan kemampuan yang kita miliki. Melalui pikiran; kita dapat memberikan ide, gagasan, atau paling tidak berusaha berpikir positif setiap saat. Melalui ucapan; bertutur kata yang ramah, sopan, tidak menyinggung orang lain, menghindari isu, gosip, ataupun ucapan yang tidak benar. Melalui jasmani; kita dapat membantu dengan tenaga, menjaga kebersihan dan kerapian, minimal di tempat kita berada. Bentuk lain dari kemurahan hati adalah dengan cara memaafkan kesalahan orang lain. Terhadap hewan, kita berusaha menghindari penyiksaan dan pembunuhan, bahkan kita dapat memberikan kebebasan dengan melepaskannya pada tempat yang sesuai. Melalui hal-hal tersebut kita dapat berlatih kemurahan hati.

Kemurahan hati ini ada tiga tingkat yaitu:

a. Tingkat permulaan : pemberian barang-barang yang sederhana seperti makanan, pakaian, obat-obatan, dan sebagainya kepada para bhikkhu, kepada orang-orang miskin atau orang-orang yang membutuhkan.

b. Tingkat menengah : pemberian donor darah, donor mata, donor ginjal, atau bagian-bagian tubuh yang lain yang dibutuhkan oleh orang lain.

c. Tingkat yang paling tinggi : adalah mengorbankan diri sendiri demi keselamatan orang lain atau makhluk lain, ini tentu sangat sulit dilakukan.

Cakkhu : Mata.

Cakkhu-Viññāna : Kesadaran mata/penglihatan.

Mempunyai mata sebagai dasar dan sebagai obyek sasarannya adalah benda-benda yang dapat dilihat atau yang melihat obyek tetapi tidak mengetahui lebih lanjut tentang itu.

Cakka/(skt.cakra) : Cakram, roda.

Cakkavala : Tata surya, galaksi.

Cakkavatti : Raja dari semua raja, yang memerintah di Empat penjuru benua dan disertai dengan 32 ciri Jasmani Manusia Agung.

Cakkhāyatana : Landasan mata.

Chalabhinna : Enam macam kemampuan batin.

Carita : 1). Sifat, 2). Perangai, 3). Kebiasaan.

Cattari Ariya Saccani : Empat kebenaran mulia.

Cattarosatipatthana: Empat landasan kesadaran.

Cattaro sammappadhana : Empat usaha benar.

Cattaro iddhipada : Empat jalan kesuksesan.

Catummahārājika : Alam surga yang paling rendah tempat Dewa-Dewi Pelindung dari empat sudut cakrawala bertempat tinggal dengan para pengikut mereka.

Dewa di alam catummaharajika memiliki usia rata-rata 500 tahun Surgawi (T.S). Sehari semalam di alam catummaharajika sama dengan 50 tahun di alam manusia.

Catupapata-nana : Kemampuan untuk mengetahui kematian dan kemunculan makhluk, seperti Mata Dewa.

Cetasika : Faktor batin, faktor-faktor mental .

Cetasika adalah faktor batin atau penyerta batin yang timbulnya bersama dengan citta, tanpa jeda waktu.; yaitu fenomena batin yang bersekutu dengan kesadaran.

Apakah sifat khas cetasika?

- Munculnya bersamaan dengan citta
- Padamnya bersamaan dengan citta
- Objeknya sama dengan citta
- Landasannya sama dengan citta

Ceto-vimutti : Keadaan pencapaian kebebasan pikiran, kebebasan melalui kekuatan batin.

Cetopariya nana : Kemampuan untuk membaca pikiran makhluk lain.

Cetanā : 1). Kehendak, 2). Niat

yaitu kehendak untuk berbuat baik atau buruk.

Cintāmaya pañña : Mengembangkan cara berpikir.

Kebijaksanaan yang dicapai melalui pemikiran dan pembahasan.

Citta : Kesadaran/Pikiran.

Sebuah kesadaran / pikiran secara dasariah merupakan sebuah aktivitas atau proses mengetahui atau menyadari satu objek. Jadi, kesadaran / pikiran bukanlah satu alat yang dimiliki oleh makhluk itu sendiri,

namun kesadaran / pikiran lebih merupakan satu aktivitas mengetahui / menyadari satu objek.

Citta adalah Sifat alami pikiran yang mengetahui, tak ada dualitas; ia hanya mengetahui. Ketika Citta berhubungan dengan tubuh jasmani, ia disebut sebagai Pikiran atau Batin. Istilah Citta ini sering digunakan dalam hubungannya dengan berbagai tingkat kesadaran .

Citta adalah keadaan yang mengetahui Obyek atau keadaan yang menerima, mengingat, memikir dan mengetahui obyek. Citta disebut juga Kesadaran atau pikiran. Istilah lain untuk Citta ialah Vinnana.

Citta atau Kesadaran atau Pikiran itu akan timbul dalam diri seseorang bila ada indera yang mencerap Obyek. Selama orang itu tidak sedang tidur nyenyak, inderanya selalu mencerap obyek-obyek yang baik ataupun yang tidak baik. Bila indera mencerap obyek-obyek yang baik, maka timbullah perasaan senang, gembira dan bahagia. Sebaliknya, bila indera mencerap obyek-obyek yang tidak baik, maka timbullah perasaan tidak senang, sedih atau kecewa. Namun, bagi mereka yang telah mencapai tingkat-tingkat kesucian, batinnya tentu tidak akan tergoncang lagi dalam menghadapi keadaan yang menyenangkan ataupun yang tidak menyenangkan. Mereka telah mencapai keseimbangan batin yang dalam bahasa Pali disebut Upekkha.

Bila kesadaran itu timbul karena indera mata (cakkhu-pasada) mencerap obyek bentuk (ruparammana), maka kesadaran itu dinamakan kesadaran mata (cakkhu-vinnana). Bila kesadaran itu timbul karena indera telinga (sota-pasada) mencerap obyek suara (saddarammana), maka kesadaran itu dinamakan kesadaran telinga (sota-vinnana). Bila kesadaran itu timbul karena indera hidung (ghana-pasada) mencerap obyek bau (ghandarammana), maka kesadaran itu dinamakan kesadaran hidung (ghana-vinnana). Bila kesadaran itu timbul karena indera lidah (jivha-pasada), mencerap obyek rasa atau kecapan (rasarammana), maka kesadaran itu dinamakan kesadaran lidah (jivha-vinnana). Bila kesadaran itu timbul karena indera badan jasmani (kayapasada) mencerap obyek sentuhan (phothhabbarammana), maka kesadaran itu dinamakan kesadaran badan jasmani (kaya-vinnana). Bila kesadaran itu timbul karena indera pikiran (mano-pasada) mencerap obyek bentuk pikiran (dhammarammana), maka kesadaran itu dinamakan kesadaran pikiran (mano-vinnana).

Sedangkan batin, juga merupakan perpaduan dari beberapa faktor batin, yaitu: perasaan, pencerapan, bentukbentuk pikiran, dan kesadaran. Jadi jelas, bahwa batin kita ternyata juga merupakan perpaduan, bukan sesuatu yang berdiri sendiri.

Citta-vithi : 1). Proses Keberlangsungan Kesadaran yang berkesinambungan (terus menerus) tanpa jeda Kosong, 2). Proses-pikiran.

Proses Berpikir

Menurut Abhidhamma, dalam keadaan biasa pada satu saat berpikir terdapat 17 getaran kesadaran yang berlangsung dengan cepat. Adapun proses berpikir pada keadaan biasa tersebut adalah :

- **Bhavanga Atita** (kesadaran tak aktif lampau)
- **Bhavanga Calana** (bhavanga bergetar)
- **Bhavanga Upaccheda** (bhavanga berhenti bergetar)
- **Pancadvaravajjana** (lima gerbang tempat masuk objek)
- **Panca Vinnana** (lima kesadaran)
- **Sampaticchana** (kesadaran penerima)
- **Santirana** (kesadaran pemeriksa)
- **Votahapana** (kesadaran memutuskan)
- **9 – 15. Javana** (kesadaran impuls)
- **16 – 17. Tadalambana** (kesadaran merekam)

Tahap Pertama :

Bhavanga Citta adalah kesadaran yang pasif. Kesadaran pasif ini terdapat pada orang yang sedang tidur nyenyak tanpa mimpi atau ketika seseorang tidak memberikan reaksi apa apa terhadap rangsangan objek dari

luar maupun dari dalam. Kesadaran ini dipandang sebagai tahap pertama untuk mempelajari proses berpikir walaupun proses berpikir itu belum mulai.

Tahap Kedua :

Bhavanga Calana adalah kesadaran yang bergetar, karena misalnya ada objek luar atau stimulasi oleh suara cahaya (bentuk) atau rangsangan pada indriya yang diterima oleh orang yang tidur, pada tahap ini Bhavanga Atita lenyap atau dengan kata lain bhavanga citta mulai aktif. Keadaan ini merupakan tahap kedua. Calana artinya bergerak atau bergetar. Pada tahap ini bhavanga mulai bergetar, getaran ini hanya berlangsung satu saat saja sesudah itu berhenti. Hal ini merupakan akibat dari rangsangan atau objek yang berusaha untuk menyentuh atau menarik perhatian kesadaran pikiran dengan cara mengganggu arus bhavanga.

Tahap Ketiga :

Bhavanga Upaccheda adalah tahap pada waktu getaran bhavanga calana terhenti. Upaccheda artinya dipotong atau diputuskan. Sebagai akibatnya, proses pikiran muncul dan mulai mengalir, namun stimulasi atau objek belum dapat dikenal oleh kesadaran.

Tahap Keempat :

Pancadvaravajjana atau kesadaran mengarah pada lima pintu indriya. Pada tahap ini kesadaran dari proses berpikir mulai mengarah untuk mengenal objek dan pada tahap ini pula kesadaran diarahkan untuk mengetahui pada indriya mana dari lima pintu indriya stimulus akan masuk. Pancadvara adalah “ lima pintu “ sedangkan avajjana artinya “ mengarah pada “. Pada tahap ini orang yang tidur baru tersadar dan perhatiannya diarahkan pada sesuatu, tetapi tidak mengetahui apa – apa tentang hal itu.

Bila perhatiannya bangkit bukan disebabkan oleh rangsangan dari luar melalui salah satu panca inderanya tetapi oleh rangsangan dalam yaitu dari pikiran maka tahap ini disebut manodvaravajjana atau “kesadaran mengarah pada pintu indriya pikiran “. Dalam hal ini tahap proses berpikir agak berbeda dengan proses yang kita bicarakan sebab tahap ke-5 sampai ke-8 tidak terjadi.

Tahap Kelima :

Uraian pada tahap ini dibicarakan bila proses berpikir didasarkan pada kesadaran yang mendapat rangsangan luar melalui panca inderanya. Pancavinnana, „Panca“ adalah lima sedangkan „vinnana“ adalah kesadaran. Bila rangsangan itu adalah bunyi maka sota-vinnana atau kesadaran mendengar yang bekerja. Bila rangsangan itu adalah sentuhan maka disebut kaya – vinnana atau kesadaran tubuh yang bekerja. Bila itu adalah bayangan atau objek pandangan maka cakkhu – vinnana yang bekerja. Dan seterusnya. Dalam hal ini pada setiap indriya ada kesadaran indriya dan kesadaran indriya ini yang bekerja. Tapi pada tahap ini kesadaran belum mengerti betul tentang rangsangan apa yang muncul melalui pintu indriya, hal itu hanya dirasakan(sensed).

Tahap Keenam :

Sampaticchana adalah kesadaran penerima, Tahap ini muncul bila kesan indriya disebabkan oleh rangsangan yang diterima dengan baik.

Tahap Ketujuh :

Setelah penerima berfungsi, maka muncul fungsi pemeriksa (santirana). Pada tahap ini santirana melaksanakan fungsi pemeriksa dengan cara menentukan rangsangan atau objek apa yang menyebabkan kesan indriya dan apa yang diterima lalu diperiksa.

Tahap Kedelapan :

Votthapana adalah kesadaran memutuskan atau menentukan, pada tahap ini keputusan diambil berdasarkan rangsangan yang disebabkan oleh kesan indriya, dan apa yang diperiksa lalu diputuskan atau ditentukan.

Tahap Kesembilan sampai Kelima belas :

Javana adalah impuls kesadaran. Pada saat ini kesadaran bergetar selama tujuh kali (pada saat saat menjelang meninggal dunia, javana hanya bergetar lima kali). Javana merupakan saat introspeksi yang diikuti oleh perbuatan. Javana berasal dari kata kerja “ javati ” yang artinya “ lari mendorong atau mendesak “. Javana merupakan impuls yang muncul sebagai klimaks dari proses kesadaran dalam proses berpikir. Karena pada tahap ini seseorang dapat menyadari dengan jelas tentang objek atau rangsangan dengan semua ciri cirinya. Pada tahap ini kamma atau karma mulai berproses sebagai karma baik atau karma buruk. Karena kemauan bebas ada pada javana. Tahap tahap lain dari proses berpikir merupakan gerakan refleks dan harus muncul, sedangkan javana merupakan tahap dimana kesadaran bebas untuk menentukan atau memutuskan. Dalam javana ada hak untuk memilih dan mempunyai kekuatan untuk menentukan masa depan sesuai dengan kehendaknya (karmanya). Bila suatu hal salah dimengerti dan perbuatan telah dilaksanakan, maka hasilnya adalah tidak menyenangkan atau karma buruk. Javana adalah kata teknis yang sulit sekali diterjemahkan dengan tepat.

Tahap Keenam belas dan Ketujuh belas :

Tadalambana atau kesadaran mencatat atau merekam kesan. Tadalambana adalah dua saat yang merupakan akibat yang muncul segera setelah javana. Fungsi tadalambana adalah mencatat atau merekam kesan yang dibuat oleh javana. Tadalambana bukan bagian yang paling penting dari proses berpikir karena fungsinya hanya merekam kesan saja. Tadalambana berasal dari kata Tadarammana yang artinya adalah “objek itu”. Dimana Tadalambana karena kesadaran ini mempunyai objek yang sama dengan objek dari javana. Satu hal yang perlu diperhatikan dalam uraian ini bahwa 17 tahap yang membentuk suatu proses berpikir hanya berlangsung dalam waktu yang sangat pendek sekali. Perkembangan dari proses berpikir adalah berbeda beda bagi setiap objek, hal ini terjadi karena adanya intensitas rangsangan yang berbeda pula. Jika intensitas rangsangan besar sekali maka suatu proses berpikir yang sempurna terjadi, jika intensitas rangsangan besar maka tadalambana (tahap 16 dan 17) tidak terjadi. Jika intensitas rangsangan kecil atau kecil sekali maka proses berlangsung tanpa ada kesadaran yang sempurna.

Cittajukata : Ketulusan/kejujuran dari pikiran (vinnana –khandha) dalam pekerjaan yang baik.

Citta-kammannata : Sifat menyesuaikan diri dari pikiran (vinnana –khandha).

Citta-lahuta : Kegembiraan pikiran (vinnana-khandha) dalam pekerjaan yang baik.

Citta Niyama : Hukum psikologis.

Cittapassadi : Ketenangan Pikiran (vinnana-Khandha) dalam pekerjaan yang baik.

Citta-pagunnata : Kemampuan dari pikiran (vinnana-Khandha) dalam pekerjaan yang baik.

Citta-upakkilesa : Noda-noda pikiran.

Citta sikkha : Mental atau Samadhi.

Mencakup usaha benar, perhatian benar dan samadhi benar.

Ada dua Citta sikkha :

a. Samatha Bhavana : Latihan Mental atau meditasi ketenangan batin, bertujuan untuk mencapai ketenangan batin dan memiliki abhinna.

b. Vipassana Bhavana : Latihan mental atau meditasi pandangan terang. Meditasi ini dikembangkan untuk melihat segala sesuatu sebagaimana apa adanya.

Citta-santati : Batin yang selalu bergerak.

Citta-visuddhi : Kesucian bathin sebagai hasil dari pelaksanaan Samadhi dan terkikis habisnya Nivarana.

Cittekaggatā / (Skt. Cittraikagratā) : Pikiran yang manunggal.

Cutupapata-nana : Lenyapnya mahluk-mahluk.

Cha-ajjhattika bahira ayatana : Enam landasan indria dalam dan luar.

Chanda : Keinginan untuk berbuat.

Yaitu suatu keinginan untuk berbicara, berjalan, berolah-raga, pergi dsb.

Chanda gati : Dorongan kesenangan sepihak.

Cuti : Wafat.

Cuti-citta : Kesadaran kematian.

*** Kelompok Huruf C selesai ***

KELOMPOK : D

Dāgoba : Stupa, tempat meletakkan relik Sang Buddha.

Damma : Pengendalian diri.

Usaha untuk melatih diri agar dapat mengendalikan perbuatan melalui pikiran, ucapan, dan perbuatan jasmani. Ketika berada dalam kondisi yang baik atau kurang baik, pengendalian diri sangat penting untuk

memunculkan kebijaksanaan. Ketika hal-hal baik muncul, tidak menjadi terbuai, terhanyut, serakah ataupun

melekat, dan sebaliknya hal-hal buruk muncul maka tidak menjadi marah, benci, ataupun memusuhinya.

Dāna : 1). Derma, 2). Amal, 3). Kemurahan hati.

8 Jenis berdana

Pada Kitab suci Angguttara Nikaya IV, 236, Sang Buddha membagi 8 jenis orang berdana:

Berdana karena jengkel/untuk menghina penerimanya.

Berdana karena terdorong oleh ketakutan.

Berdana karena untuk membalas jasa.

Berdana untuk mendapatkan hal yang sama di masa depan.

Berdana untuk kepentingan orang lain.

Berdana karena tahu itu perbuatan baik.

Berdana untuk memperoleh popularitas.

Berdana untuk memperindah batin.

Berdana dikarenakan kepedulian atau empati terhadap penderitaan sipenerima, dengan berpikir semoga berdana melatih sifat metta dan karuna untuk mencapai jalan dan buah, Nibbana. Inilah berdana demi kemajuan kualitas batin.

Pada saat berdana kadang muncul perasaan berat dari dalam hati (baca: tidak rela) entah berat dikarenakan

alasan apapun semestinya pada saat itu disadari bahwa dengan melatih berdana akan mengurangi kemelekatan demi tercapainya jalan dan buah, Nibbana. Inilah yang disebut berdana demi kemajuan kualitas batin.

Memberi persembahan dilandasi oleh rasa kagum, hormat atas kebijaksanaan atau sifat luhur seseorang (arya) dengan berpikir bahwa semoga saya dapat mencapai jalan dan buah, Nibbana seperti jejak Beliau.

Inilah jenis berdana demi kemajuan kualitas batin.

Berbagai definisi mengenai jenis dana, mutu dana dan lain sebagainya yang terdapat dalam pengertian di

masing-masing Buddhisme, pada dasarnya adalah sama yaitu haruslah dilakukan dengan hati yang penuh keikhlasan, bersuka-cita, penuh kerelaan tanpa mengharapkan imbalan apapun dan penuh hormat sebagaimana seorang bijaksana sehingga akan senantiasa hidup bahagia dalam kehidupan saat ini ataupun

alam berikutnya.

Sang Buddha bersabda:

“Di dunia ini ia berbahagia, di dunia sana ia berbahagia;

pelaku kebajikan berbahagia di kedua dunia itu,
ia akan berbahagia ketika berpikir,
„aku telah berbuat kebajikan“,
dan ia akan lebih berbahagia lagi ketika berada di alam bahagia.”
(Dhammapada, 18).

“Sesungguhnya orang kikir tidak dapat pergi ke alam dewa.
Orang bodoh tidak memuji kemurahan hati.
Akan tetapi orang bijaksana senang dalam memberi,
dan karenanya ia akan bergembira di alam berikutnya.”
(Dhammapada, 177)

Dana Paramita : Kesempurnaan dalam berdana.

Merupakan salah satu paramita yang harus dilaksanakan oleh seorang calon Buddha untuk dapat mencapai kebuddhaan. Dana Paramita ini dilaksanakan dengan mendanakan barang, anggota tubuh sampai jiwa sekalipun.

Dasa : Sepuluh.

Dasa Paramita : Sepuluh faktor yang dibutuhkan oleh Bodhisattva untuk mencapai kesempurnaan, yaitu :

1. **Dana** : adalah beramal, bermurah hati atau ber-derma
2. **Sila** : adalah bermoral, hidup melaksanakan sila.
3. **Nekkhamma** : adalah menghindari diri dari nafsu indera.
4. **Panna** : adalah kebijaksanaan, mengetahui sebab dan akibat, mengerti keadaan dan sesuatu berdasarkan kebenaran.
5. **Metta** : adalah usaha atau berusaha dengan sekuat tenaga, tidak takut akan rintangan.
6. **Khanti** : adalah kesadaran, sabar menghadapi segala sesuatu, mampu mengendalikan pikiran sehingga ia kelak terbebas dari kekotoran batin.
7. **Sacca** : adalah kebenaran, benar dalam perbuatan yang dilakukan oleh Pikiran, Ucapan dan badan jasmani.
8. **Adhithana** : adalah tekad yang mantap, memutuskan sesuatu dengan tepat, dan berbuat sesuatu selesai pada waktunya.
9. **Mettā** : adalah cinta kasih tanpa keinginan memiliki, cinta kasih yang ditujukan kepada semua makhluk di 31 alam kehidupan, tanpa membedakan bangsa, ras, agama dsb. adalah merupakan cinta kasih yang Universal.

10. **Upekkha** : adalah batin yang seimbang /tidak tergoayakan, batin yang terarah pada kebenaran Dhamma.

Dasa-rāja-dhamma : Sepuluh kewajiban seorang raja.

Desanā/(skt.Desanā) : Khotbah, pembabaran, pengajaran.

Devata : Para dewa.

Dibba : Dewa.

Dibbacakkhuñña : Mata batin.

Dibbasotañña : Telinga batin, telinga Dewa,

Yaitu kemampuan mendengar yang istimewa, yang memungkinkan orang untuk mendengar suara yang halus atau kasar, jauh atau dekat.

Dibba-Cakkhu : Kemampuan mata dewa.

Yaitu kemampuan melihat apa yang akan terjadi, memungkinkan seseorang untuk melihat benda-benda surgawi atau duniawi, jauh atau dekat, yang tidak dapat diterima oleh mata jasmaniah.

Ditthi/(skt.dr̥ṣṭi) : 1). Pandangan salah, 2). pemahaman keliru, 3). kepercayaan yang keliru.

Adalah sesuatu yang ada dianggap tidak ada, yang tidak ada dianggap ada; yang salah dianggap benar, yang benar dianggap salah. Ditthi juga secara dogma menganggap pandangan sendiri yang keliru sebagai benar dan pandangan benar orang lain sebagai keliru.

Memperdayai pencipta dunia dan isinya yang mahakuasa; percaya adanya atta(jiwa) disetiap tubuh makhluk; pandangan salah seperti ini disebut ditthi.

Ditthi-upadana : Kemelekatan terhadap pandangan-pandangan salah.

Ditthi-patto : Orang yang terbebas melalui pandangan.

Ditthi-visuddhi : Kesucian Pandangan sebagai hasil dari pelaksanaan Pañña dan terkikis habisnya Anusaya.

Dit̥thogha : Merupakan banjir pandangan.

yaitu 3 macam pandangan salah, sebagai berikut:

1. **Akiriya dit̥thi**, yaitu ajaran yang menolak akibat-akibat kamma. Beranggapan bahwa tidak ada akibat nyata dari apa yang disebut baik atau buruk. Jadi, apabila seseorang melakukan perbuatan baik atau buruk yang tidak dilihat atau diketahui orang lain, maka secara mutlak tidak ada akibat baik atau buruk untuk diharapkan dari perbuatan itu. Suatu perbuatan baik atau buruk yang berlangsung tanpa diperhatikan oleh orang lain adalah sama seperti tidak ada. Macam keyakinan ini menolak akibat (vipaka) dari kamma itu sendiri, hanya menerima apa yang dipersembahkan pada seseorang oleh orang lain.
2. **Ahetuka dit̥thi**, yaitu ajaran yang menolak sebab-sebab kamma. Pandangan ini menolak sebab-sebab kamma itu sendiri, mengajarkan faham nasib atau takdir (dan dengan demikian dapat disebut determinisme). Seseorang yang menganut ajaran ini beranggapan bahwasanya orang-orang mengalami kebahagiaan atau penderitaan sesuai dengan apa yang telah ditakdirkan bagi mereka. Selama saat-saat beruntung, apapun yang mereka lakukan pasti akan memberikan hasil-hasil baik seperti kenaikan pangkat, kekayaan dan nama harum; sedangkan pada saat-saat tidak beruntung mereka dapat dipecah, gagal dan putus asa, tidak peduli bagaimanapun bersemangatnya mereka telah berjuang untuk berbuat baik. Ajaran ini menolak kekuatan kamma sebagai sebab yang mendasari kebahagiaan dan penderitaan.
3. **Natthika dit̥thi**, yaitu ajaran yang menolak semuanya, atau ajaran tentang ketiadaan. Pandangan ini mengajarkan bahwasanya tak ada pun juga dari apa yang disebut manusia atau binatang. Wujud-wujud ini adalah hasil-hasil pengelompokan dari apa yang disebut unsur-unsur, yang kadang-kadang membantu satu

dengan yang lain, dan kadang-kadang berlawanan satu dengan yang lain. Demikianlah keadaan ini, karena sifat dasar masing-masing, tak ada pun juga dari apa yang dianggap sebagai perbuatan baik atau buruk itu sendiri. Apabila, misalnya, setelah turun hujan pohon-pohon berbunga dan menghasilkan buah, adalah tak masuk akal untuk berpikir bahwasanya terdapat suatu perbuatan berjasa pada pihak sang hujan. Selanjutnya, apabila suatu api di dalam hutan membakar seluruh pohon-pohon di dalamnya, tak ada seorang pun berpikiran waras akan pernah beranggapan bahwasanya terdapat suatu perbuatan jahat yang dilakukan oleh api (demikianlah keadaannya, tak ada dianggap sebagai perbuatan berjasa atau jahat apapun bilamana seseorang "melukai" atau "membantu" orang lain).

Dosa / (skt. Doṣa/Dveṣa) : 1). Kebencian, 2). Penolakan yang kuat, 3). Kemarahan, 4). Kemauan jahat, 5). Dendam.

Yaitu Sifat batin yang cenderung tidak senang atau memusuhi makhluk lain karena adanya konflik atau pertentangan dari pikiran terhadap obyek.

Secara etika berarti kebencian, tetapi secara psyskologi berarti pukulan yang berat dari pikiran terhadap obyek (yaitu pertentangan atau konflik). mengenai ini terdapat dua macam nama, yaitu : patigha atau dendam, dan byapada atau kemauan jahat.

Akibat dari Dosa :

- Semua makhluk dilahirkan di alam neraka (niraya) dengan kekuatan Dosa.

Dosa gati : Dorongan kebencian.

Domanassa : 1). Tidak menyenangkan , 2). Kesedihan, 3). Penderitaan batin.

Dubbannā : Jelek.

Duggati / (skt.durgati): 1). Alam menderita , 2). Alam sengsara.

Makhluk-makhluk alam Duggati (niraya, Tiracchana, Peta dan Asura) adalah makhluk-makhluk yang tidak mempunyai batas usia yang jelas. Contoh kehidupan di alam Niraya (neraka) yang hanya pendek, yaitu devi Malika, Permaisuri Raja Pasenadi di Kosala, yang setelah ia meninggal terlahir kembali di alam Niraya, namun karena karmanya, hidup di alam Niraya hanya pendek, maka setelah 7 hari di alam Niraya, ia terlahir kembali di alam tavatimsa.

Begitu pula dengan makhluk-makhluk lain di alam Duggati, usia mereka pun ada yang pendek adapula yang panjang. Misalnya binatang dapat berusia cukup panjang, namun adapula yang berusia pendek karena sakit ataupun karena dibunuh.

Dukkha / (skt.dukkha) : 1). Tidak memuaskan, 2). Penderitaan, 3). Kesakitan

Kata Pali "dukkha" dalam percakapan sehari-hari sering diterjemahkan sebagai : derita, sakit, sedih atau masygul sebagai lawan kata dari "sukha"(bahagia, senang, gembira). Tetapi kata "dukkha" yang dipergunakan dalam Kebenaran Mulia Pertama , yang merupakan pandangan Sang Buddha tentang kehidupan dalam bentuk apapun juga, mempunyai arti filosofis yang lebih dalam dan mencakup bidang yang sangat luas. kata "dukkha" selain berarti "derita" biasa, juga mempunyai arti yang lebih dalam lagi, seperti : tidak sempurna, tidak kekal, kosong, tanpa inti, tidak memuaskan, beban,dll.

Sang Buddha tidak pernah mengingkari adanya kebahagiaan dalam kehidupan. Sebaliknya Beliau mengakui tentang berbagai bentuk kebahagiaan, materiil maupun spiritual, bagi orang biasa dan juga bagi para Bhikkhu. Dalam kitab Anguttara Nikaya, dapat ditemukan daftar dari kebahagiaan (sukhani), misalnya kebahagiaan kehidupan berkeluarga dan kebahagiaan seorang pertapa, kebahagiaan getaran-getaran hawa nafsu dan kebahagiaan dari orang yang menyingkir dari kehidupan duniawi, Kebahagiaan terikat kepada sesuatu dan kebahagiaan karena terbebas dari ikatan-ikatan, kebahagiaan badaniah dan kebahagiaan mental,dll.

Namun, semua kebahagiaan tersebut diatas juga termasuk dalam dukkha. Bahkan, harus diketahui bahwa keadaan "jhana" (yang dapat dicapai dengan melaksanakan samadhi), sehingga orang dapat membebaskan dirinya dari penderitaan dalam artian umum dan berada dalam kebahagiaan yang murni atau keadaan "jhana" yang terbebas dari perasaan "sukha" dan "dukkha" sehingga ,merupakan keseimbangan dan kesadaran belaka, juga termasuk dalam pengertian "dukkha".

Dalam salah satu sutta dari Majjhima Nikaya, setelah memuji kebahagiaan batin yang diperoleh dari "jhana", Sang Buddha kemudian bersabda bahwa kebahagiaan itu akan berubah dan tidak kekal dan karenanya harus digolongkan dalam "dukkha" (anicca dukkha viparinama-dhamma). Dari contoh-contoh diatas dapat diketahui dengan jelas, bahwa "dukkha" bukan hanya disebabkan oleh penderitaan dalam artian umum, tetapi segala sesuatu yang tidak kekalpun adalah "dukkha" (Yad aniccang tang dukkhang).

Konsep dukkha dapat ditinjau dari tiga segi :

1. dukkha sebagai derita biasa (dukkha-dukkha)

2. dukkha sebagai akibat dari perubahan-perubahan (viparinama-dukkha)

3. dukkha sebagai akibat dari keadaan yang berkondisi (sankhara-dukkha)

Semua jenis penderitaan dalam kehidupan ini seperti : dilahirkan, berusia tua, mati; bekerjasama dengan orang yang tidak disukai atau harus berada dalam keadaan yang tidak menyenangkan ; dipisahkan dari orang yang dicintai atau keadaan yang disenangi; tidak memperoleh sesuatu yang diinginkan; kesedihan, keluh kesah, kegagalan dan semua bentuk derita fisik dan mental yang oleh umum dianggap sebagai derita dan sakit digolongkan dalam "dukkha sebagai derita biasa " (dukkha-dukkha).

Suatu perasaan bahagia, suatu keadaan bahagia dalam kehidupan ini adalah tidak kekal. cepat atau lambat hal ini akan berubah dan perubahan ini akan menimbulkan kesedihan, derita dan ketidakbahagiaan. Semua ini dapat digolongkan dalam "dukkha sebagai akibat dari perubahan-perubahan "(viparinama-dukkha)".

Lima kelompok kemelekatan/kegemanan (Pancakkhanda) yaitu : Badan jasmani, Perasaan, Pencerpahan, Bentuk-bentuk Pikiran dan Kesadaran, yang secara umum disebut sebagai makhluk , orang atau sebagai "aku" , semuanya hanya merupakan kombinasi dari energi fisik dan mental yang selalu dalam keadaan bergerak dan berubah.

Sang buddha pernah bersabda :” Dengan singkat dapat dikatakan bahwa Lima kelompok kegemanan

ini adalah dukkha “. Dan pada kesempatan lain Beliau dengan tegas menyatakan : “ O bhikkhu, apakah dukkha itu ? harus diketahui bahwa lima kelompok kegemaran itu adalah dukkha”.

Kita harus mengerti dengan jelas bahwa dukkha dan lima kelompok kegemaran bukanlah dua hal yang berbeda; lima kelompok Kegemaran itu sendiri adalah Dukkha.

12 macam penderitaan (dukkha):

- **Jati-dukkha** : Penderitaan dari kelahiran.
- **Jara-dukkha** : Penderitaan dari ketuaan.
- **Byadhi-dukkha** : Penderitaan dari kesakitan.
- **Marana-dukkha** : Penderitaan dari kematian.
- **Soka-dukkha** : Penderitaan dari kesedihan.
- **Parideva-dukkha** : Penderitaan dari ratap tangis.
- **Kayika-dukkha** : Penderitaan dari jasmani.
- **Domanassa-dukkha** : Penderitaan dari batin.
- **Upayasa-dukkha** : Penderitaan dari putus-asa.
- **Appiyehisampayoga-dukkha** : Penderitaan karena berkumpul dengan orang yang tidak disenangi atau dengan musuh.
- **Piyehivipayoga-dukkha** : Penderitaan karena terpisah dengan sesuatu yang dicinta.
- **Yampicchannaladhi-dukkha** : Penderitaan karena tidak tercapai apa yang dicita-citakan.

Dukkha samudaya ariyasacca : Kebenaran Mulia tentang Permulaan dukkha.

Dukkha Nirodha ariyasacca : Kebenaran Mulia tentang Terhentinya dukkha.

Dukkha patipada dandhabhinna : Praktek yang sukar dengan kemajuan lambat.

Dukkha patipada dandhippabhinna : Praktek yang sukar dengan kemajuan cepat.

Duppannā : Dunggu.

Dhamma/(skt.Dharma) : 1).Ajaran, 2).Kebenaran, 3).Hukum alam, 4). Agama, 5). Kesunyataan.

Dhamma berarti ajaran Sang Buddha yang berisikan Kebenaran Tertinggi yang membimbing manusia untuk mencapai Kebebasan.

Dhamma itulah ajaran dari Sang Buddha, kebenaran tertinggi untuk memutuskan dukkha di dunia Saha, kebenaran tertinggi yang "ditemukan" kembali oleh Guru Buddha dalam perenungan meditasi oleh Maha Prajna Beliau. Dhamma itulah doktrin-doktrin dalam Buddhisme (4 kebenaran mulia, Tilakkhana, hukum karma, dll) sebagai patokan bagi Buddhis untuk mencapai pembebasan sejati. Dhamma itulah apa yang kita pelajari sebagai seorang Buddhis, yang apabila dipraktikkan akan menghasilkan kebahagiaan dan batin yang seimbang.

Buddha Dhamma

Agama Buddha dalam pengertian doktrin berarti Ajaran dan Peraturan (Dhamma dan Vinaya) dinamakan Buddha-sasana. Karena Dhamma ditemukan kembali oleh Sang Buddha, maka seluruh Ajaran Sang Buddha dapat disarikan dalam satu kata saja dan lebih sering disebut Buddha Dhamma dan di Barat orang-orang memakai istilah Buddhism.

Ajaran Sang Buddha (Buddha Dhamma) meliputi :

- Empat Kebenaran Mulia (Cattari Ariya Saccani)
- Adanya Penderitaan (Dukkha)
- Asal-mula penderitaan (Dukkha Samudaya)
- Akhir penderitaan (Dukkha Nirodha)
- Jalan menuju akhir penderitaan (Magga)

Delapan Jalan Kebenaran Mulia (Atthangika-magga).

- Pengertian benar (Samma-ditthi)
- Pikiran benar (Samma-sankappa)
- Ucapan benar (Samma-vaca)
- Perbuatan benar (Samma-kammanta)
- Mata pencaharian benar (Samma-ajiva)
- Upaya benar (Samma-vayama)
- Perhatian benar (Samma-sati)
- Konsentrasi benar (Samma-samadhi)

Tiga Corak Umum (Tilakkhana)

1. Semua bentuk yang berkondisi adalah tidak kekal (Anicca).
2. Semua bentuk yang terkondisi adalah tidak sempurna (Dukkha)
3. Semua bentuk yang terkondisi dan yang tidak terkondisi adalah tanpa “ Aku “ (Anatta).

Arti Dhamma

Dhamma (Pali) atau Dharma (Skt) sebenarnya mempunyai banyak makna dan berbeda-beda artinya untuk konteks yang berlainan. Dhamma bisa berarti ; Kebenaran /Kesunyataan, Doktrin, Agama, Ajaran, Hukum moral, Kebajikan, Keadilan, Nilai, Suatu tujuan hidup, Tugas dan kewajiban, Segala sesuatu, Alam, Fenomena, Keadaan, Sifat, Unsur-unsur keberadaan , Obyek mental, dsb.

Dhamma dalam pengertian keagamaan

Dhamma dalam pengertian keagamaan adalah merupakan ajaran yang mencakup Kebenaran Mutlak atau Hukum Abadi yang transenden (asankhata dhamma) yang dikenal antara lain sebagai Nibbana/Nirwana, Dharmakaya, Dharmabhuta, Paramartha dan hukum yang menguasai serta mengatur alam semesta, tidak diciptakan, kekal dan imanen. (Dhamma niyama) dan Etika.

Dhamma adalah hukum abadi

Dhamma tidak hanya ada dalam hati sanubari manusia dan pikirannya, tetapi juga dalam seluruh alam semesta. Seluruh alam semesta terliputi olehnya. jika sang bulan timbul atau tenggelam, hujan turun, tanaman tumbuh, musim berubah, hal ini tidak lain karena disebabkan oleh Dhamma. Dhamma merupakan Hukum

Abadi yang meliputi alam semesta yang membuat segala sesuatu bergerak sebagai dinyatakan oleh ilmu pengetahuan modern, seperti ilmu fisika, kimia, biologi, astronomi, psikologi dan sebagainya.

Dhamma bukan ciptaan manusia maupun Buddha

Dhamma bukan ciptaan manusia maupun Buddha, Ada atau tidak ada Buddha, Hukum Abadi (Dhamma) itu akan tetap ada sepanjang Jaman. Untuk menjelaskan hal tersebut Sang Buddha bersabda :

“ Para Bhikkhu, apakah para Tathagata muncul atau tidak,

Dhamma ini tetap ada, merupakan hukum yang kekal, hukum yang mengatur, hubungan yang terkondisi sebab-akibat ini terhadap itu.

Berkenaan dengan hal itu Tathagata mencapai Penerangan Sempurna, memahaminya dengan sempurna.

Setelah mencapai Penerangan Sempurna, memahaminya dengan sempurna, Ia mengumumkan, mengajarkan, menyingkapkan, merumus-kan, menyatakan, menguraikan, menjelaskannya dan berkata :

„Lihatlah ! Terkondisi dengan ini terjadilah itu”.

(Anguttara Nikaya III.134)

Buddha Dhamma merupakan suatu sistem perenungan yang dalam dan pengembangan batin dengan peraturan pelatihan yang harus dilaksanakan dalam kehidupan sehari-hari. Sistem ini lebih luas dari pengertian agama pada umumnya yang merupakan kepercayaan dan pemujaan karena ketergantungan pada kekuatan di luar manusia. Penganut Buddha Dhamma walau berlandung pada Buddha, tidak berarti bahwa ia menyerahkan nasibnya kepada Buddha. Setiap orang memiliki kebebasan sekaligus bertanggung jawab atas perbuatannya sendiri dan nasibnya ditentukan oleh diri sendiri. Berkaitan dengan hal itu Sang Buddha bersabda :

“...Setiap makhluk adalah pemilik karmanya sendiri, pewaris karmanya sendiri, lahir dari karmanya sendiri, bersaudara dengan karmanya sendiri dan dilindungi oleh karmanya sendiri.

Karma yang menentukan makhluk-makhluk, menjadikan mereka hina dan mulia.”

(Majjhima Nikaya 55)

“ Engkau sendirilah yang harus berusaha, Sang Tathagata hanya penunjuk jalan. “

(Dhammapada 276)

Apakah Dhamma itu ?

Dhamma berarti kebenaran, kesunyataan, atau bisa juga dikatakan sebagai ajaran sang Buddha. Istilah Dhamma ini mempunyai arti yang sangat luas, yaitu mencakup tidak hanya segala sesuatu yang bersyarat saja, tetapi juga mencakup yang tidak bersyarat / yang mutlak. Untuk lebih jelasnya, dapat diuraikan dalam penjelasan berikut ini.

Dhamma terbagi menjadi dua bagian, yaitu

- **Paramattha Dhamma** adalah kenyataan tertinggi, ada 4, yaitu : Citta (kesadaran), Cetasika (faktor batin), Rupa (materi).
- **Pannatti Dhamma** adalah sebutan, konsep, untuk dijadikan panggilan atau sebutan sesuai dengan keinginan manusia.

Paramattha Dhamma terbagi lagi menjadi dua macam, yaitu ;

● **Sankhata Dhamma, berarti keadaan yang bersyarat, yaitu:**

- Tertampak dilahirkan / timbulnya (uppado pannayati)
- Tertampak padamnya (vayo pannayati)
- Selama masih ada, tertampak perubahan-perubahannya (thitassa annathattan pannayati), contoh : tata surya, Matahari, Bumi, Gunung, Pohon, Manusia, laut, Danau, Sungai, batu, Angin, Sinar, Pikiran dsb.

● **Asankhata Dhamma, berarti sesuatu yang tidak bersyarat, yaitu:**

- Tidak dilahirkan (na uppado pannayati)
- Tidak termusnah (na vayo pannayati)

Dhammaguna : 1). Kebajikan Dhamma, 2). Ajaran Buddha

Di dalam Anguttara Nikaya Tikanipata 20/266, disebutkan tentang sifat Dhamma, atau Dhammaguna.

Ada enam Dhammaguna, yaitu:

1. *Svakkhato Bhagavata Dhammo Dhamma*

Ajaran Sang Bhagava telah sempurna dibabarkan.

2. *Sanditthiko*

Berada sangat dekat (kesunyataan yang dapat dilihat dan dilaksanakan dengan kekuatan sendiri).

3. *Akaliko*

Tak ada jeda waktu atau tak lapuk oleh waktu

4. *Ehipassiko*

Mengundang untuk dibuktikan

5. *Opanayiko*

Menuntun ke dalam batin (dapat dipraktikkan)

6. *Paccattam veditabbo vinnuhi*

Dapat diselami oleh para bijaksana dalam batin masing-masing Untuk dapat mengerti dengan benar mengenai Dhamma tersebut, maka kita harus melaksanakan dengan tiga tahap, yaitu:

a. Pariyatti Dhamma

Mempelajari Dhamma secara teori, dalam hal ini, yaitu mempelajari dengan tekun Kitab Suci Tipitaka.

b. Patipatti Dhamma

Melaksanakan (mempraktikkan) Dhamma tersebut di dalam kehidupan sehari-hari.

c. Pativedha Dhamma

Hasil (penembusan), yaitu hasil menganalisa dan merealisasi kejadian-kejadian hidup melalui meditasi pandangan terang (* vipassana*) hingga merealisasi Kebebasan Mutlak.

Istilah Dhamma di atas, meliputi Sutta Pitaka, Vinaya Pitaka dan Abhidhamma Pitaka atau Kitab Suci Tipitaka. Walaupun Sang Buddha yang penuh cinta kasih telah parinibbana, namun Dhamma yang mulia, yang telah Beliau wariskan seluruhnya kepada umat manusia, masih ada dalam bentuknya yang murni.

Sekalipun Sang Buddha tidak meninggalkan catatan-catatan tertulis tentang ajarannya, tetapi para siswa Beliau yang terkemuka telah merawat ajaran Beliau tersebut dengan jalan menghafal dan mengajarkannya secara lisan dari generasi ke generasi.

Segera setelah Sang Buddha wafat, 500 orang Arahant yang merupakan siswa-siswa terkemuka yang ahli di dalam Dhamma menyelenggarakan suatu pesamuan untuk mengulang kembali semua ajaran Buddha. Yang Mulia Ananda Thera, yang memiliki kesempatan istimewa untuk mendengarkan semua khotbah Sang Buddha, membaca ulang Dhamma; sedangkan Yang Mulia Upali Thera membaca ulang vinaya. Demikianlah Tipitaka dikumpulkan dan disusun dalam bentuk yang sekarang oleh para Arahant.

Dhamma akan melindungi mereka yang mempraktikkan Dhamma. Praktik Dhamma akan membawa kebahagiaan. Barang siapa mengikuti Dhamma, maka tidak akan jatuh ke alam penderitaan.

Agama Buddha (Buddha Dhamma)

Agama Buddha biasanya lebih dikenal dengan sebutan Buddha Dhamma. Seluruh ajaran Sang Buddha merupakan ajaran yang membahas tentang hukum kebenaran mutlak, yang disebut Dhamma. Dhamma adalah kata dalam bahasa Pali. Bahasa Pali adalah bahasa yang dipergunakan oleh masyarakat di kerajaan Magadha pada masa sekitar hidupnya Buddha Gotama dulu.

Dhamma artinya kesunyataan mutlak, kebenaran mutlak atau hukum abadi. Dhamma tidak hanya terdapat di dalam hati sanubari atau di dalam pikiran manusia saja, tetapi juga terdapat di seluruh alam semesta. Seluruh alam semesta juga merupakan Dhamma. Jika bulan timbul atau tenggelam, hujan turun, tanaman tumbuh, musim berubah, dan sebagainya, hal ini tidak lain juga merupakan Dhamma; juga yang membuat segala sesuatu bergerak, yaitu sebagai yang dinyatakan oleh ilmu pengetahuan modern, seperti ilmu fisika, kimia, biologi, astronomi, psikologi, dan sebagainya, adalah juga merupakan Dhamma. Dhamma merupakan hukum abadi yang meliputi seluruh alam semesta; tetapi Dhamma seperti yang baru dijelaskan ini, adalah merupakan Dhamma yang berkondisi atau kebenaran mutlak dari segala sesuatu yang berkondisi; sedangkan selain itu, Dhamma adalah juga merupakan kebenaran mutlak dari yang tidak berkondisi, yang tidak bisa dijabarkan secara kata-kata, yang merupakan tujuan akhir kita semua.

Jadi sifat Dhamma adalah mutlak, abadi, tidak bisa ditawar-tawar lagi. Ada Buddha atau tidak ada Buddha, hukum abadi (Dhamma) ini akan tetap ada sepanjang jaman. Di dalam Dhammaniyama sutta, Sang Buddha bersabda demikian: "O, para bhikkhu, apakah para Tathagatha muncul di dunia atau tidak, terdapat hukum yang tetap dari segala sesuatu (Dhamma), terdapat hukum yang pasti dari segala sesuatu. ...".

Buddha, adalah merupakan suatu sebutan atau gelar dari suatu keadaan batin yang sempurna. Buddha bukanlah nama diri yang dimiliki oleh seseorang, Buddha berarti yang sadar, yang telah mencapai penerangan sempurna, atau yang telah merealisasi kebebasan agung dengan kekuatan sendiri.

Dengan demikian, Buddha Dhamma adalah Dhamma yang telah direalisasi dan kemudian dibabarkan oleh Buddha (yang sekarang ini bernama Gotama); atau dapat juga dikatakan agama yang pada hakekatnya mengajarkan hukum-hukum abadi, pelajaran tata susila yang mulia, ajaran yang mengandung paham filsafat mendalam, yang semuanya secara keseluruhan tidak dapat dipisahkan. Buddha Dhamma memberikan kepada penganutnya suatu pandangan tentang hukum abadi, yaitu hukum alam semesta yang berkondisi dan yang tidak berkondisi.

Hal tersebut semuanya juga berarti menunjukkan bahwa selain ada kehidupan keduniaan yang fana ini, yang masih berkondisi, atau yang masih belum terbebas dari bentuk-bentuk penderitaan; ada pula suatu kehidupan yang lebih tinggi, yang membangun kekuatan-kekuatan batin yang baik dan benar, untuk diarahkan pada tujuan luhur dan suci. Dengan mengerti tentang hukum kebenaran ini, atau dapat pula dikatakan bila manusia sudah berada di dalam Dhamma, maka ia akan dapat membebaskan dirinya dari semua bentuk penderitaan atau akan dapat merealisasi Nibbana, yang merupakan terhentinya semua derita.

Tetapi, Nibbana, yang merupakan terhentinya semua derita tersebut, tidak dapat direalisasi hanya dengan cara sembahyang, mengadakan upacara atau memohon kepada para dewa saja. Terhentinya derita tersebut hanya dapat direalisasi dengan meningkatkan perkembangan batin. Perkembangan batin ini hanya dapat terjadi dengan jalan berbuat kebajikan, mengendalikan pikiran, dan mengembangkan kebijaksanaan sehingga dapat mengikis semua kekotoran batin, dan tercapailah tujuan akhir. Sehingga dalam hal membebaskan diri dari semua bentuk penderitaan, untuk mencapai kebahagiaan yang mutlak, maka kita sendirilah yang harus berusaha. **Di dalam Dhammapada ayat 276, Sang Buddha sendiri bersabda demikian:**

"Engkau sendirilah yang harus berusaha, para Tathagata hanya menunjukkan jalan."

Dhammā-Cakka : Roda Dhamma.

Dhammā- Cakkhu : Mata Dhamma.

Dhammacariya : Hidup sesuai dhamma.

Makna kata "Dhammacariya" adalah "berperilaku sesuai dhamma". Dhamma sendiri secara umum diartikan sebagai kebenaran.

Perilaku yang benar adalah hasil dari cara hidup yang benar. Seseorang yang menjalani cara hidup benar selalu waspada untuk tidak melakukan hal-hal buruk atau kejahatan. Pengertian "kebajikan" sendiri diartikan beragam sesuai cara pandang orang masing-masing.

Beberapa golongan tertentu berpendapat, tidak menjadi masalah dengan membunuh binatang bahkan sesama

manusia. Tetapi, di dalam agama Buddha, kebajikan memiliki makna yang lebih sehat. Pengertian agama Buddha tentang kebajikan adalah tidak membiarkan segala tindakan yang menyakiti diri sendiri maupun makhluk lain.

Mereka yang menjalani cara hidup dengan benar, mengikuti tuntunan yang sudah ada. Tuntunan ini membantu seseorang dalam menjalani hidup yang penuh kebajikan. Contoh sederhana, ia harus menghindari pembunuhan karena itu adalah kehidupan dan tidak ada alasan lain. Sang Buddha mengajarkan kebajikan ini dihadapan semua guru-guru yang membimbing umat manusia.

Seseorang tidak boleh mengambil barang yang bukan miliknya. Ia hanya menerima barang yang diberikan. Dengan kata lain, ia tidak boleh mencuri. Mencuri pendapat orang lain pun termasuk kejahatan. Orang yang baik juga tidak melakukan hubungan seks yang salah. Dengan mengikuti tuntunan ini kehidupan sosial menjadi baik dan bersih. Ia juga harus menjauhkan diri dari kebohongan. Hal ini akan meningkatkan kepercayaan orang lain.

Seseorang seharusnya tidak melakukan perbuatan yang dapat merusak nilai-nilai kehidupan sosial. Membuat cerita yang tidak benar, menyebabkan perselisihan adalah bentuk perilaku yang berakibat ketidak harmonisan. Orang yang baik menghindari hal-hal tersebut. Mereka selalu santun, ucapannya dapat diterima semua orang karena memiliki belas kasih yang tinggi.

Orang yang baik selalu sadar akan pentingnya hubungan yang harmonis. Dalam lingkungan masyarakat yang dipenuhi orang-orang baik, rasa damai dan tenteram akan selalu terasa di mana-mana.

Mereka tidak memenuhi pikirannya dengan hal-hal yang tidak berguna yang tidak menuntun ke cara hidup sehat. Mereka tidak mencampuri urusan pribadi orang lain, karena hal ini akan menimbulkan masalah dalam pergaulan masyarakat. Ia tidak mementingkan diri sendiri, senantiasa berpikir untuk membantu orang lain tanpa mengharap imbalan dari kebajikannya.

Kehidupan orang baik penuh dengan cinta kasih. Tanpa kebencian sebaliknya memiliki kesabaran. Meskipun ia dibenci, sikapnya tetap tenang dan tidak terganggu.

Orang demikian senantiasa berusaha mencapai kualitas spiritual yang lebih tinggi. Dan menjadi panutan bagi orang lain dalam menjalani hidup yang terbaik. Karena itu, ia tidak hanya melatih kebajikan untuk dirinya, tapi juga untuk orang banyak. Pandangan hidup mereka pun merupakan berkah.

Kita dapat melihat contoh raja Asoka. Beliau merubah seluruh hidupnya menjadi raja agama Buddha, karena sangat terkesan dengan kebajikan Bhikkhu Nigrodha. Melakukan kebajikan sesuai Dhamma sesungguhnya adalah berkah utama.

Dhamma Niyama : Fenomena alam (Lihat huruf “P”- Panca Niyama).

Dhammasala/(skt.Dharmasala) : Tempat puja bakti dan pembabaran Dhamma.

Di tempat inilah umat Buddha melaksanakan puja bakti dan mendengar-kan pembabaran Dhamma yang disampaikan oleh para bhikkhu, pandita atau dhammaduta. Juga dalam dhammasala ini umat mengadakan kegiatan sosial keagamaan.

Dhammā-Vicaya : Penelitian dan penyelidikan berbagai Ajaran Sang Buddha.

Disini termasuk semua studi mengenai agama, kesusilaan dan filsafat, bacaan, pendidikan, diskusi, pembahasan dan keikutsertaan dalam ceramah-ceramah tentang Dhamma.

Dhammasavana : Mendengarkan ajaran.

Dhammadesanā : Membabarkan Dhamma.

Dhammā-tanhā : Konsepsi dan kepercayaan-kepercayaan.

Dhammavicaya sambojjhanga : Penerangan sempurna-penelitian terhadap kebenaran.

Dhammakhandha : Pokok Ajaran Buddha, Kelompok Ajaran Buddha.

Terdiri dari :

- **Vinaya** : 21.000 Pokok Dhamma.

- **Sutta** : 21.000 Pokok Dhamma.

- **Abhidhamma** : 42.000 Pokok Dhamma.

Dalam Theragatha, Khuddaka Nikāya, Sutta Pitaka terdapat pernyataan Y.A Ânanda dalam bentuk syair: *“Dvasiti Buddhato ganham dye sahasani bhikkhuto, caturasitisahassani ye me dhamma pavatino”*

Artinya: ”Dari semua Dhamma yang Saya hafalkan, 82.000 Dhammakhandha Saya pelajari langsung dari Sang Buddha sendiri; sedangkan 2.000 Dhammakhandha dari para bhikkhu, sehinga seluruhnya berjumlah 84.000 Dhammakhandha.”

Dhammānvayo : Tradisi Dhamma.

Dhammānusari : Orang yang terbebas karena telah menyadari hakekat Kebenaran.

Dhammaratana : Mustika Dhamma .

Dhamma sebagai pelindung kedua bukan hanya dalam artian kata-kata yang terkandung dalam kitab suci atau konsepsi ajaran yang terkandung dalam batin manusia biasa, tetapi termasuk tentang “ Empat tingkat kesucian” (Sotapanna, Sakadagami, Anagami dan Arahat) beserta Nibbana. Dhamma bersifat Universal, yang berarti segala sesuatu yang berkondisi maupun yang tidak berkondisi, yang muncul atau tidak muncul, yang nyata atau abstrak. Dhamma tetap ada, walaupun ada Buddha ataupun tidak ada Buddha, karena Dhamma bukan ciptaan Buddha. Buddha hanya penemu Dhamma dan pembabar saja, kita sendirilah yang melaksanakannya dan memetik manfaatnya.

Dhamma sebagai Mustika yang diyakini oleh umat Buddha, karena sbb ;

Dhamma adalah ajaran Sang Buddha. Dhamma bukan buatan Sang Buddha, beliau hanya menemukan.

Dhamma yang ditemukan adalah dalam bentuk abstrak, maka agar untuk dapat dimengerti oleh makhluk lain (termasuk manusia) Dhamma itu dikonsepsikan dalam bahasa dan kemudian diajarkan oleh Beliau, yaitu mencakup semua pengalaman perjuangan petapa Gotama hingga mencapai keBuddhaan itulah yang diajarkan beliau kepada semua makhluk.

Ajaran yang menunjukkan umat manusia dan para dewa ke jalan yang benar agar terbebas dari kejahatan.

Membimbing para dewa dan manusia untuk mencapai Nibbana.

Dharmā-Vijaya : Kemenangan melalui kesucian.

Dharmāyatana : Obyek pikiran.

Dhammayatra/(Skt.Dharmayatra) : Berkunjung / berziarah ke Tempat yang berhubungan dengan Dhamma, berziarah ketempat-tempat suci.

Dharmika/(skt.Dharmika) : 1). Taat, 2). Bajik, 3).Saleh.

Dharani : Bumi, tanah.

Dhātu : 1). Unsur dasar, 2).Elemen.

Dharmakaya : 1). Kebenaran yang absolut, 2). Tubuh halus Buddha, 3). Asal Kebuddhaan.

Dharmakaya secara filosofis berarti Sunyata, sesuatu yang absolut. Semua pengenalan dan pengetahuan subyek dan obyek yang didasarkan pada perbedaan pengenalan yang membeda-bedakan tidak dapat menembusi-Nya. Dharmakaya identik dengan Nirvana yang dicapai setelah dimilikinya pengertian yang menembus terhadap Pratitya Samutpada (Hukum Sebab-Musabab Yang Saling Bergantungan/ Hukum Relativitas Buddhis) dan mengerti tentang Tathata (Yang Itu / What-is-as-it-is). Dharmakaya juga berarti kesatuan kosmik dari alam semesta, tetapi hal tersebut tidak dapat dipahami secara rasio semata-mata. Karma Dharmakaya berfungsi sebagai Kebenaran Yang Mutlak, maka hal itu juga cenderung pada pengalaman yang theistik.

Dhājāna/(pāli. Jhāna) :Trance, suatu keadaan batin yang hanya dapat dicapai melalui meditasi tinggi.

Dhājāna/ Jhāna ini terdapat empat tingkatan :

- **Tingkat ke satu** : keinginan hawa nafsu dan pikiran-pikiran tertentu yang tidak sehat, seperti keinginan indera-indera, keinginan jahat (ill-will), keruwetan pikiran, kesal, gelisah dan keragu- raguan yang skeptis telah lenyap, dan perasaan gembira dan bahagia tercapai, bersama-sama dengan aktivitas-aktivitas mental tertentu.

- **Tingkat ke dua** : semua aktivitas intelek telah dikekang, keseimbangan batin dan pikiran yang manunggal dikembangkan, sedangkan perasaan gembira dan bahagia masih ada.

- **Tingkat ke tiga** : perasaan gembira yang merupakan perasaan yang aktif juga lenyap, tetapi kebahagiaan masih ada di samping batin yang penuh keseimbangan.

- **Tingkat ke empat** : semua perasaan yan bahagia maupun yang tidak bahagia, kegembiraan dan kesedihan telah lenyap; hanya keseimbangan dan kesadaran murni yang masih tertinggal.

Dhitima : Cerdas.

Diṭṭhijukamma : Meluruskan pandangan hidup, Berpandangan hidup yang benar.

Dravya : 1). Substansi, 2). Bagian.

Dvihetuka : Dua akar.

Dhuva : Kekal.

KELOMPOK : E

Ehi : 1). Datanglah, 2). Kemarilah.

Ehipassiko : Datang dan lihat .

Ajaran Sang Buddha juga dikenal sebagai Ehi-passiko, ialah mengundang untuk “datang dan melihat” dan bukan untuk “datang dan percaya”.

Sang Buddha pernah bersabda :

“ **O bhikkhu, telah aku katakan bahwa pemusnahan kekotoran batin dan noda-noda hanya dapat dilakukan oleh orang yang “tahu” dan “dapat melihat” dan bukan oleh orang yang “tidak tahu” dan tidak dapat melihat”.**

Berkenaan dengan Kesadaran agung yang telah dicapainya sendiri Sang Buddha berkata : “ Mata telah lahir, pengertian telah lahir, kebijaksanaan telah lahir, pengetahuan telah lahir, cahaya telah lahir”. (Anguttara nikaya I:8).

Yang selalu kita temukan adalah “ melihat” disebabkan oleh pengertian dan kebijaksanaan (nana-dassana) dan bukan disebabkan oleh “percaya”.

Konsep Ehipassiko

Ehipassiko artinya “datang dan buktikan sendiri”. Sang Buddha selalu memperingati setiap orang yang ingin menjadi umat Buddha agar tidak terburu-buru dan langsung percaya, tetapi agar terlebih dahulu menyelidiki kebenaran ajaran agama Buddha. Setelah merasakan dan meyakini ajaran agama Buddha benar, barulah orang tersebut dapat menjadi umat Buddha. Agama Buddha bukanlah agama yang memaksa seorang untuk langsung percaya, tapi lebih menekankan kebebasan dan toleransi antar umat beragama.

Konsep kebebasan berpikir

Di dalam Buddhisme, diberikan kebebasan berpikir yang seluas-luasnya. Oleh sebab itu tidak bertentangan dengan logika. Tidak ada larangan bagi umat Buddha untuk memikirkan sesuatu yang dianggap tabu oleh agama karena takut oleh hukuman atau kutukan dari makhluk adikuasa, misal tentang makhluk adikuasa dan kebenaran rebirth. Bahkan sang Buddha sendiri telah menegaskan, bila suatu waktu orang tersebut menemukan ajaran Buddha tidak benar atau tidak rasional, orang tersebut boleh meninggalkan agama Buddha (*ehipassiko*).

Eka : 1). Satu, 2). Sendiri.

Ekagatā/(skt.ekāgratā) : 1). Kemanunggalan, 2). Pikiran terpusat dengan kuat, 3). Ketenangan batin.

Merupakan pemusatan pikiran, ia juga disebut konsentrasi atau meditasi atau samadhi. Ini adalah hal yang sangat penting di dalam jhana, yaitu pencapaian dari alam pikiran yang lebih tinggi.

*** Kelompok Huruf E selesai ***

KELOMPOK : G

Gabbha/(skt. garbha) : 1). Kandungan, 2). Rahim.

Gabbhavakkanti : Memasuki kandungan.

Gana / (Gita), Lagu, nyanyian.

Gandhabha /gantabba: Datang dari tempat lain.

Mengacu pada arus energi batin yang terdiri dari kecenderungan-kecenderungan, kemampuan-kemampuan dan ciri-ciri karakteristik yang meninggalkan badan yang telah mati. Disini bukan berarti „suatu golongan Dewa-Dewa yang dikatakan memimpin proses pembuahan“, tetapi mengarah pada suatu makhluk yang cocok yang siap dilahirkan dalam kandungan tertentu. Istilah ini digunakan hanya dalam hubungan tertentu, dan jangan dikelirukan dengan suatu jiwa yang kekal.

Gāthā : 1). Syair, 2). Sanjak

Garuka/(skt.guruka) : 1). Berat, 2). Mulia, 3). Berharga.

Gati : Kelahiran.

Gati Nimitta : Tanda dari tempat kelahiran yang akan datang.

Ini seringkali muncul sendiri pada orang-orang yang akan meninggal, dan menunjukkan kegembiraan atau kemurungan pada wajah mereka.

Gati Sampatti : Kelahiran yang menyenangkan.

Gati Vipatti : Kelahiran yang tidak menyenangkan.

Gatima : Pandai.

KELOMPOK : H

Hadaya : Jantung.

Hiri-Bala : Kekuatan dari rasa malu untuk berbuat jahat .

Hiri/(skt.hri) : Malu, Perasaan malu untuk berbuat jahat.

KELOMPOK : I

Iddhi/(skt. ṛddhi) : 1). Kekuatan gaib , 2). Kesaktian, 3). Tenaga batin.

Iddhividha : Kekuatan untuk melayang di udara, berjalan diatas air, menyelami bumi, membuat bentuk baru dan sebagainya.

Indriyesu guttadvaro : Menjaga pintu-pintu indrianya.

Indriya : Indera.

Indriya-Paro-Pariyatti-Ñāna : Mengetahui tingkat perkembangan Saddha (keyakinan).

Issā/(skt: Irṣyā) : 1). Iri hati , 2). Dengki , 3). Kecemburuan yang berlebih.

Yaitu perasaan tidak suka terhadap keberuntungan atau kebahagiaan orang lain, sehingga ia selalu mencaricari kesalahan orang lain.

KELOMPOK : J

Jagariyanuyoga : Tidak lengah tetapi tekun.

Jalābuja : Makhluk yang dilahirkan melalui rahim.

Jarā : 1). Usia tua, 2). Pelapukan, 3). Kerusakan.

Jarā-marāṇa : Usia tua dan kematian

Yaitu ketuaan, kematian, keluh kesah, ratap tangis, dan penyakit yang berarti dukkha.

Jata : Dianyam.

Jātaka : Kelahiran, cerita kelahiran Bodhisatta.

Jāti : Kelahiran .

Jati (kelahiran) yaitu munculnya kelima khanda ; karena lahir inilah yang mengkondisikan jarā-marāṇa(usia tua dan kematian).

Jathabhutang : Obyektif.

Agama Buddha melihat benda-benda dan segala sesuatunya dengan Obyektif dan tidak menggambarkan secara keliru dan bodoh bahwa “penghidupan ini sorga” dan juga tidak ingin menakut-nakuti umatnya dengan berbagai macam hukuman dan dosa yang tidak masuk akal.

Seorang dokter mungkin secara berlebihan menilai bahwa seorang pasien terlalu parah sakitnya dan tidak mungkin dapat disembuhkan. Dokter yang lain lagi secara tidak bertanggung jawab menyatakan bahwa pasien itu samasekali tidak sakit apa-apa dan karena itu tidak memerlukan obat; sehingga orang sakit itu mendapatkan hiburan yang tidak pada tempatnya.

Kita dapat menamakan dokter yang pertama sebagai pesimistis dan dokter yang kedua optimistis, namun kedua-duanya sebenarnya sama-sama berbahaya.

Tetapi dokter yang ketiga dengan terang dapat melihat gejala-gejala orang sakit itu, mengetahui juga sebab dari penyakitnya, melihat dengan jelas bahwa orang sakit itu dapat disembuhkan dan dengan bertanggung jawab memberi pengobatan sehingga jiwa orang sakit itu dapat ditolong.

Nah, Sang buddha dapat diumpamakan sebagai dokter yang ketiga ini. Beliau adalah dokter yang pandai dan bijaksana yang dapat menyembuhkan penyakit manusia didunia ini (Bhisaka atau Bhaisajya-Guru)

Javana : Berlari.

Secara harafiah berarti berlari. ia disebut begitu karena dalam rentang suatu proses-pikiran, ia berlari sebanyak tujuh “saat pikiran”, atau pada saat kemptian, sebanyak lima “saat pikiran” dengan obyek yang sama. Keadaan mental yang muncul dalam semua “saat pikiran” ini adalah sama, tetapi kekuatan tenaganya berbeda.

Jhāna / (Skt. Dhjāna) : Pencapaian dalam meditasi , yang merupakan suatu proses perubahan dari kondisi kesadaran rendah ke kesadaran tinggi.

Enam faktor Rupa Jhāna :

a. Vitakka : Usaha pikiran untuk menangkap obyek dan berfungsi untuk mengendapkan Tinamiddha.

b. Vicara : Pikiran yang telah menangkap /mempertahankan obyek dan berfungsi untuk mengendapkan Vicikiccha.

c. Piti : Kegiuran atau kenikmatan pada obyek. berfungsi untuk mengendapkan Vyapada/Byapada.

Dalam Visuddhimagga, piti dibagi menjadi 5 macam, yaitu :

1. **Kuddaka piti** – agar tertarik (tergiur).

2. **Khanika Piti** – ketertarikan berkembang.
3. **Okkantika Piti** – diliputi ketertarikan.
4. **Ubbega Piti** – ketertarikan mencapai titik nikmat.
5. **Pharana Piti** – kenikmatan meliputi seluruh tubuh dan batin.

d. Sukha : Kebahagiaan atau kesenangan , yang berfungsi untuk mengendapkan *Uddhaccakukkuca* dan mengarahkan pikiran pada pemusatan pikiran.

e. Ekagatta : Pikiran terpusat dengan kuat.

Lima faktor Jhāna ini muncul ketika mencapai Jhāna I.

Kelima faktor Jhāna ini dapat diumpamakan sebagai tawon yang terbang mengelilingi bunga (Vitakka), tawon telah hinggap pada bunga (Vicara), tawon sedang menghisap sari bunga (Piti), sari bunga yang ditelan tawon (Sukha) dan tawon yang telah kenyang dengan sari bunga (ekaggata)

f. Upekkha : adalah keseimbangan batin yang hanya muncul bersama-sama dengan ekaggata pada Jhāna IV (Jhāna V menurut Abhidhamma)

Macam-macam Jhāna :

Menurut Sutta Pitaka, ada empat macam Jhāna, yaitu :

- Jhāna I
- Jhāna II
- Jhāna III
- Jhāna IV

Sedangkan menurut Abhidhamma dibagi menjadi sampai dengan Jhāna V. namun empat atau Lima macam Jhāna ini sesungguhnya sama saja, karena hal itu terjadi hanya karena faktor-faktor Jhāna saja.

a. Jhāna I (Abhidhamma pitaka = Jhāna I dan II)

Jhāna ini dicapai setelah mengendapkan semua niravana dan menghilangkan rintangan-rintangan batin lainnya. Jhāna I tercapai dengan munculnya lima faktor Jhāna I yang kuat, yaitu : *vitakka, Vicara, Piti, Sukha dan Ekaggata*.

Menurut Abhidhamma pitaka, setelah keluar dari Jhāna I, ia mengevaluasi kondisi faktor-faktor Jhāna I, ia menemukan bahwa Vitakka adalah faktor yang sangat kasar dan berhubungan dengan kondisi Parikamma Samadhi, maka Vitakka harus ditinggalkan. lalu ia mencapai Jhāna II dengan memiliki empat faktor Jhāna II, yaitu *Vicara, Piti, Sukha dan Ekaggata*.

b. Jhāna II (Abhidhamma pitaka = Jhāna III)

Dari lima faktor Jhāna, Vitakka dan vicara adalah faktor yang masih sangat dekat dengan kondisi Parikamma Samadhi atau dengan kata lain kedua faktor ini sangat kasar, maka kedua faktor itu ditinggalkan. Dengan ditinggalkannya dua faktor ini, maka Jhāna II dicapai dengan hanya memiliki tiga faktor Jhāna yang kuat sekali, yaitu *Piti, Sukha dan Ekaggata*.

c. Jhāna III (Abhidhamma Pitaka = Jhāna IV)

Untuk mencapai Jhāna ini, sebuah faktor Jhāna, yaitu Piti ditinggalkan. dengan munculnya dua faktor Jhāna saja, yakni *Sukha dan Ekaggata*, maka Jhāna III dicapai.

d. Jhāna IV (Abhidhamma Pitaka = Jhāna V)

Sukha sebagai faktor Jhāna, merupakan keadaan batin yang masih diliputi oleh perasaan kuat, harus ditinggalkan. Dengan meninggalkan Sukha, maka Jhāna IV dicapai. Pada Jhāna IV hanya ada *Ekaggata* yang tersisa dari lima faktor, Pada tahap ini pikiran sangat terpusat dengan kuat (ekaggata) dan seimbang (*Upekha*). Upekha hanya muncul ketika batin terpusat dengan kuat.

Jhāna IV ini ia kuasai dengan baik. Ia ahli (*vasita*) dengan Jhāna IV. dengan adanya keahlian ini, juga berdasarkan pada obyek meditasi serta karmanya, ia memiliki salah sebuah, atau beberapa atau semua abhinna (kemampuan batin) walaupun penguasaan abhinna ini masih tergantung pada intensitas kekuatannya pula.

Empat Arūpa Jhāna:

1. Akāsānancāyatana Jhāna – keadaan ruang tanpa batas.

Arūpa Jhāna ini dicapai dengan menggunakan obyek ruang tanpa batas.

2. Viññānancāyatana Jhāna - keadaan kesadaran tanpa batas.

Arūpa Jhāna ini dicapai dengan menggunakan obyek kesadaran tanpa batas.

3. Ākincaññayatana Jhāna - keadaan kekosongan.

Arūpa Jhāna ini dicapai dengan menggunakan obyek kekosongan.

4. Nevassañña Nasaññayatana Jhāna - keadaan bukan pencerapan maupun bukan pencerapan.

Arūpa Jhāna ini dicapai dengan menggunakan obyek bukan pencerapan maupun bukan pencerapan.

Pencapaian dan kemahiran dalam Rūpa Jhāna IV yang dikembangkan dengan menggunakan obyek-obyek meditasi menghasilkan kemampuan-kemampuan batin (Abhinna). Namun walau seseorang telah mencapai Rūpa Jhāna IV atau Arūpa Jhāna dan memiliki Abhinna, bukan berarti ia telah mencapai kesucian. Kesucian hanya bisa dicapai dengan melenyapkan semua belenggu (samyojana) dengan melaksanakan meditasi Vipassana (Pandangan terang) yang didasarkan pada perhatian benar dan dibantu oleh Samadhi benar.

Jivitindriya : 1). Kehidupan dari bentuk batin, 2). Daya hidup.

Ia merupakan pemelihara dari bentuk-bentuk batin dalam kelanjutannya.

KELOMPOK : K

Kabalinkārāharā : Makanan biasa.

Kāla : 1). Waktu, 2). Keadaan.

Kāla-marāṇa : Kematian yang sudah waktunya.

Kāla Sampatti : Waktu atau kesempatan yang menguntungkan.

Kāla vipatti : Waktu atau kesempatan yang tidak menguntungkan.

Kalyana : 1). Indah, 2). Bermoral baik.

Kalyanapatibhano : Berbicara dengan sopan.

Kalyana mitta : Sahabat spiritual, Kawan baik yang dapat menunjukkan jalan yang benar kepada anda. Istilah „*Kalyana*” secara harafiah berarti indah, dan mengacu pada kenyataan bahwa seorang sahabat spiritual memiliki (atau akan berusaha untuk memenuhi) semua nilai-nilai yang diagungkan dalam agama Buddha, cinta-kasih, dapat dipercaya, tak terikat, pengertian, murah hati dan kedamaian didalam hatinya. Bila seorang sahabat baik dapat menuntun kita untuk mendapatkan sarana-sarana kebaikan, maka seorang sahabat spiritual akan menuntun langsung secara *intrinsik* untuk menemukan kebaikan.

Kāma : 1). Hawa nafsu indera, 2). Birahi.

Kāma-bhava : Proses-perwujudan nafsu .

Kāmacchanda : Nafsu keinginan.

Kāma-loka : Dari makhluk-makhluk yang masih menyenangkan dan dikuasai atau dipengaruhi oleh pemuasan nafsu indera. (*lihat huruf “T” pada “Tiloka”*).

Kama-upadana : Kemelekatan terhadap nafsu indera.

Kama-samvara : Pengendalian hawa nafsu birahi.

Mengembangkan diri dalam pengendalian hawa nafsu birahi. Sebagai seorang suami, puaslah dengan satu isteri, dan sebagai seorang isteri, setia dengan satu suami. Suami yang puas dengan satu isteri dalam Dhamma dikatakan sebagai suami yang *Saddarasantutthi*. Dan, isteri yang setia kepada satu suami dinyatakan sebagai isteri yang *Pativati*.

Menurut Dhamma, mereka yang tidak memiliki rasa puas dengan apa yang sudah didapatnya, masih menginginkan apa yang belum menjadi miliknya atau menginginkan milik orang lain, maka orang tersebut akan menderita karena ketamakan, keserakahan dan kerakusannya sendiri.

Mereka yang melakukan praktik poligami adalah orang yang tamak, rakus, serakah, yang tidak memiliki rasa puas. Sifat-sifat jahat ini akan menyeretnya ke dalam penderitaan. Dalam **Parabhava Sutta, Sutta Nipata**, Sang Buddha menyatakan:

“Orang yang tidak puas dengan isterinya sendiri, berhubungan dengan wanita-wanita penghibur, serta terlihat dengan isteri orang lain, inilah sebab penderitaan baginya”

(SN 108).

Orang yang telah berusia lanjut, tetapi memperisteri seorang wanita muda, dan tidak dapat tidur karena dibakar cemburu, inilah sebab penderitaan.”

(SN 110)

Dalam **Anguttara Nikaya VI;52**, Brahmana Janusoni bertanya kepada Sang Buddha tentang tujuan-tujuan manusia. Yang pertama, ia bertanya tentang tujuan seorang satria, lalu brahmana, perumah-tangga, wanita, pencuri dan petapa. Sang Buddha menjelaskan hal-hal tersebut, dan Beliau menjawab tentang tujuan seorang wanita adalah: **“Seorang pria, O, brahmana, adalah tujuan seorang wanita, yang dicari adalah perhiasan, penopangnya adalah anak-anaknya, keinginannya adalah tidak dimadu dan cita-citanya adalah mendominasi.”**

Jadi, jelaslah bahwa sesungguhnya poligami atau suami yang memiliki isteri lebih dari satu, dalam Dhamma tidaklah mendapat tempat yang terpuji, sebaliknya, Dhamma mengajarkan kita agar menjauhi sifat-sifat jahat, tamak, rakus dan serakah. Jagalah keharmonisan dalam berumah tangga dengan kesetiaan dari pihak suami dan pihak isteri, agar dapat mewujudkan kehidupan perkawinan yang bahagia.

Kāma-taṇhā : Kebutuhan akan kenikmatan hawa nafsu.

Kāmesumicchācāra : Perilaku seksual yang salah/perzinaan.

Kamma / (skt.Karma) : Perbuatan, kehendak untuk berbuat.

Hukum Karma terbebas dari gagasan mengenai Penghakiman, Ganjaran, Pahala atau Penjatuhan Hukuman. Setiap perbuatan yang dilandasi oleh Kehendak, Pikiran, Ucapan dan Tindakan jasmani, akan membuahkan hasil atau akibat. Perbuatan baik akan berbuah baik, perbuatan buruk akan berbuah buruk. Ini bukan penjatuhan hukuman ataupun pahala yang diberikan oleh siapapun atau kekuatan apapun yang menghakimi perbuatan kita, Siapa yang berbuat, dialah yang bertanggung jawab atas perbuatannya.

Salah pengertian tentang Hukum Karma, ialah anggapan bahwa setiap perbuatan pasti berakibat, misalnya tindakan negatif, pasti tak terhindarkan/ mutlak akan berbuah negatif.

Memang benar bahwa kita akan memetik buah perbuatan yang kita tanam, kita adalah produksi (akibat) dari kumulatif perbuatan yang kita lakukan pada kelahiran di waktu lampau, dan perbuatan yang kita lakukan pada saat ini akan menjadi kumulatif akibat pada kelahiran berikutnya, Sang Buddha mengajarkan kepada kita bahwa perbedaan-perbedaan tersebut diatas berhubungan dengan karma kita masing-masing, namun Sang Buddha tidak menyatakan bahwa segala sesuatu hanya disebabkan oleh karma saja.

Apabila segala sesuatu hanya disebabkan oleh karma, maka seorang penjahat akan selamanya menjadi jahat, karena karmanya yang menjadikan dirinya jahat dan orang yang sakit tidak perlu memeriksakan dirinya ke dokter untuk disembuhkan penyakitnya, karena bila karmanya memang harus demikian ia pasti akan sembuh dengan sendirinya.

Dalam Abhidhamma, Karma hanyalah satu dari 24 kondisi-kondisi kausal (*paccaya*). Dengan demikian, maka tidak semua pengalaman yang kita alami berasal dari karma. Dalam Anguttara Nikaya dijelaskan bahwa seandainya semua pengalaman hidup kita disebabkan oleh karma lampau, maka seseorang yang menjadi pembunuh, pencuri, penjahat atau orang tidak bermoral tidak harus bertanggungjawab atas perbuatannya. Untuk apa mereka berusaha menjauhi perbuatan jahat jika mereka sudah ditakdirkan menjadi penjahat oleh karmanya.

Karma dapat berbuah jika hadir secara lengkap beberapa unsur yang mendukungnya. Jadi, tidak semua benih karma menghasilkan buah karma. Bila unsur pendukung berupa kondisi tidak ada, maka benih karma tidak bisa berbuah menjadi suatu efek/akibat. karma yang tidak menghasilkan buah karma disebut sebagai Ahosi karma (karma yang sudah tidak efektif lagi).

Jenis-jenis Karma

Dua Jenis Karma Berdasarkan Sifatnya:

1) Karma Buruk/Jahat atau disebut dengan *Akusala Kamma*, yaitu:

Karma (perbuatan) yang didasari oleh pikiran yang diliputi oleh lobha (keserakahan), moha (kebodohan batin) dan dosa (kebencian),

Contoh : membunuh, mencuri, berbohong, mabuk- mabukan, dsb.

2) Karma Baik atau disebut dengan *Kusala kamma*, yaitu;

Karma (perbuatan) yang didasari oleh pikiran yang diliputi oleh adosa (ketidakbencian), alobha (ketidakserakahan), dan amoha (ketidak bodohan batin). Contoh: berdana, menolong makhluk yang kesukaran, berkata jujur, bermeditasi, dan sebagainya.

I. Empat Jenis Karma Berdasarkan Waktu

1. **Ditthadhamma vedaniya Kamma** (Karma yang langsung berbuah) yaitu Karma yang menghasilkan akibat (*vipaka*) dalam jangka **waktu satu kehidupan. Karma ini terbagi 2 macam, yaitu :**

a) Karma yang telah masak dan memberikan hasil dalam kehidupan sekarang ini, atau disebut dengan *Paripakka Dittha Dhamma vedaniya Kamma*.

Contoh 1. : Seorang miskin bernama Punna yang memberi-kan dana makanan kepada Y. A . Sariputta Maha Thera menjadi kaya-raja dalam waktu tujuh hari setelah berdana.

Contoh 2.: Misalnya saja ketika kita mengambil helm milik orang lain, karena helm kita sendiri telah dicuri seseorang. Supaya tidak ketahuan, kita mengendarai sepeda motor dengan kecepatan tinggi walaupun lampu lalu lintas berwarna merah. Akhirnya kita ditangkap polisi. Terpaksa kita harus membayar tilang Rp 15.000,- (padahal harga sebuah helm hanya Rp 10.000,-). Ini adalah salah satu contoh sederhana karma yang langsung berbuah.

b) Karma yang memberikan hasil setelah lewat tujuh hari atau disebut dengan *Aparipakka Dittha Dhammavedaniya Kamma*.

Contoh : Jika berbuat kebaikan atau kejahatan dalam usia muda, akan dipetik hasil dalam usia muda atau usia tua dalam kehidupan sekarang ini juga.

2. **Upajja vedaniya Kamma** yaitu Karma yang menghasilkan akibat (*vipaka*) pada kehidupan berikutnya yaitu satu kehidupan setelah kehidupan sekarang.

Misalnya orang yang melakukan meditasi hingga mencapai jhana tertentu, maka setelah meninggal ia akan langsung terlahir di Alam Brahma.

3. **Aparāpariya vedaniya Kamma** yaitu Karma yang menghasilkan akibat (*vipaka*) pada kehidupan berikutnya secara berturut-turut.

Salah satu contoh adalah orang yang sering mendengarkan Dhamma, besar kemungkinan ia akan terlahir kembali di alam surga dalam kehidupan-kehidupan yang berikutnya. Mengapa demikian? Dengan mendengarkan Dhamma, orang tersebut telah melakukan kamma baik karena ia telah melatih berdana perhatian. Selama mendengarkan Dhamma, ia juga telah memusatkan pikiran, ucapan serta perbuatannya ke arah kebajikan, apalagi jika ia dapat mengerti serta melaksanakan Dhamma dalam menyatakan bahwa mendengarkan Dhamma pada saat yang sesuai adalah Berkah Utama.

4. **Ahosi Kamma** yaitu Karma yang tidak sempat berbuah karena telah kehabisan waktu atau kehilangan kesempatan untuk berbuah.

Ahosi Kamma terbentuk ketika kekuatan suatu perbuatan (*karma*) terhalangi oleh kekuatan perbuatan (*karma*) lain yang sangat besar. Selain itu Ahosi Kamma terbentuk jika tidak adanya kondisi-kondisi pendukung yang dibutuhkan untuk karma itu berbuah, sehingga karma tersebut tidak menghasilkan akibat (*vipaka*). Sering orang mengatakan bahwa tercapainya *Nibbana* (Bhs. Pali) atau *Nirvana* (Bhs. Sanskerta) adalah ketika karma baik dan karma buruknya telah habis. Padahal karma itu sangat sulit untuk dapat habis berbuah karena jumlahnya yang tidak terbatas. Namun, karma dapat dipotong. Kita dapat merasakan buah karma apabila kita masih mempunyai badan dan batin, artinya kita masih hidup setelah dilahirkan. Apabila kita tidak dilahirkan kembali, maka kesempatan untuk merasakan buah karma baik maupun buruk sudah tidak ada lagi. Dengan demikian, ada berbagai karma yang tidak sempat berbuah.

II. Empat Jenis Karma Berdasarkan Fungsinya

1. **Janaka Kamma** (Fungsi karma yang melahirkan/penghasil) yaitu Karma yang menyebabkan timbulnya syarat untuk terlahirnya kembali suatu makhluk. Karma ini menimbulkan batin (*Nama*) dan jasmani (*Rupa*).

Contoh : - Seseorang terlahir dilingkungan keluarga yang bahagia, serba berkecukupan dan memperoleh pendidikan yang baik, dan kebalikannya seseorang terlahir dilingkungan keluarga yang amburadul, serba kekurangan/miskin dan tidak pernah mengenyam pendidikan yang layak.

2. **Upatthambhaka Kamma** (Fungsi karma yang mendukung/penunjang) yaitu Karma ini mendukung fungsi karma yang melahirkan (*Janaka Kamma*), yaitu :

a. Membantu Janaka Karma yang belum waktunya untuk menimbulkan-kan hasil, memberikan waktu menimbulkan hasil/akibat.

b. Membantu Janaka Karma yang sedang mempunyai waktu menim-bulkan hasil memberikan kekuatan untuk menimbulkan hasil secara sempurna.

c. Membantu Rupa>Nama (Lahir-Bathin) yang dilahirkan Janaka Kamma menjadi maju dan bertahan lama.

Contoh 1. : Selain ia terlahir di keluarga yang miskin, dia juga terlahir dalam keadaan cacat. Inilah salah satu contoh karma yang mendukung.

Contoh 2. : - Umur seseorang yang semestinya ditetapkan oleh Janaka Kamma hanya hidup selama 60 tahun di bumi ini, tetapi didalam kehidupannya sehari-hari ia banyak melakukan perbuatan baik, suka menolong makhluk lain, berdana, melaksanakan sila dan selalu waspada dalam semua tindakan pikiran, ucapan dan perbuatan jasmaninya.....sehingga umur yang ditetapkan oleh Janaka Kamma selama 60 tahun tersebut bertambah 20 tahun lagi.

3. **Upapilaka Kamma** (Fungsi karma yang mengurangi/pelemah) yaitu Karma yang menekan, mengolah, menyelaraskan satu akibat dari satu sebab. Fungsi karma yang mengurangi ini berhubungan dengan

perbuatan kita yang baik maupun buruk yang dilakukan dalam kehidupan saat ini. Karma ini adalah menekan *Janaka Kamma*, yaitu :

a. Upapilaka Kamma yang menekan *Janaka Kamma* supaya tidak ada waktu menimbulkan hasil.

b. Upapilaka Kamma yang menekan *Janaka Kamma* yang mempunyai waktu menimbulkan hasil supaya mempunyai kekuatan menurun.

c. Upapilaka Kamma yang menekan *Rupa-Nama* (Lahir-Bathin) yang dilahirkan *Janaka Kamma*.

Contoh 1.: Meskipun seseorang terlahir sebagai orang yang miskin serta cacat, orang tersebut mungkin saja mempunyai perilaku kemoralan yang baik.

Contoh 2.: - Budi seorang narapidana yang divonis 10 tahun hukuman penjara, namun dalam kesehariannya, ia sering menunjukkan tabiat yang baik, rajin bekerja, maka Budi mendapatkan keringanan hukuman menjadi 7 tahun saja.

4. Upaghātaka Kamma yaitu karma yang memotong atau menghan-curkan kekuatan akibat dari satu sebab yang telah terjadi dan sebaliknya menyuburkan berkembangnya karma baru.

a. Walaupun orang itu cacat tubuhnya, Karena perilaku kemoralannya baik, ucapannya serta tingkah lakunya juga baik, maka mungkin saja ada orang yang simpati kepadanya. Orang tersebut mungkin akan memberinya pekerjaan yang sesuai dengan keadaannya. Inilah salah satu contoh karma yang memotong, artinya bertentangan atau memotong buah karma yang sedang berlangsung atau buah karma yang sedang dialaminya.

b. Misalnya: Taufik adalah seorang pemain bulutangkis. Ia sering menjadi juara dalam beberapa pertandingan dan bulutangkis adalah karirnya. Suatu hari, saat Taufik mengendarai mobil, tiba-tiba ia menabrak truk yang ada didepannya. Akibatnya tangan kiri Taufik menjadi patah dan cacat seumur hidup sehingga karirnya menjadi hancur.

c. Karma sangat berhubungan dengan perbuatan seseorang saat ini. Segala sesuatu yang dilakukan pada saat ini akan menentukan buah karma di masa depan. Dengan demikian, karma bukanlah nasib yang tidak bisa diubah. Karma masih dapat diperbaiki dan diubah dengan melakukan berbagai karma atau perbuatan yang lain. Jadi, perbuatan saat inilah yang paling penting.

III. Empat Jenis Karma Berdasarkan Sifatnya

1. Garuka Kamma yaitu Karma Berat, yang memiliki kualitas kekuatan yang besar yang mampu menimbulkan hasil dalam waktu satu kehidupan atau kehidupan kedua, dan kekuatan karma lain tidak mampu mencegahnya. Garuka Kamma terdiri dari 2 jenis yaitu:

a) Akusala Garuka Kamma adalah Perbuatan Buruk/Jahat yang berat. Yang disebut Akusala Garuka Kamma (Perbuatan jahat yang berat) adalah Niyatamicchaditthi-Kamma (Perbuatan pandangan salah yang pasti) dan Pancanantariya-Kamma (Lima perbuatan durhaka, yaitu membunuh ibu, membunuh ayah, membunuh Arahata, melukai seorang Buddha dan memecah-belah Sangha). Apabila seseorang melakukan salah satu atau lebih dari kelima perbuatan buruk tersebut, maka setelah meninggal dunia, orang tersebut langsung terlahir di Alam Neraka Avici. (Alam yang menyedihkan, yaitu alam neraka, alam setan, alam binatang dan alam asura). Akusala Garuka Kamma juga disebut dengan Anantariya Kamma karena dampaknya masih dapat di rasakan dikehidupan selanjutnya. Hal ini dijelaskan oleh Guru Buddha dalam Parikuppa Sutta; Anguttara Nikaya 5.129.

Contoh: Devadatta yang telah melukai kaki Guru Buddha dan memecah-belah Sangha, dilahirkan kembali di alam neraka avici. Dan Raja Ajatasattu yang telah membunuh ayahnya (Raja Bimbisara) tidak dapat meraih kesucian Sotapana (tingkat kesucian pertama) karena kekuatan besar dari Akusala Garuka Kamma.

b) Kusala Garuka Kamma adalah Perbuatan Baik yang berat. Yang disebut Kusala Garuka Kamma adalah hasil dari melaksanakan Samatha-Bhavana (meditasi ketenangan batin) sehingga mencapai RupaJhana 4 dan Arupa-Jhana 4 atau disebut Jhana 8, akibatnyapun lebih cepat daripada tingkatan batin yang lainnya. Akibat dari melakukan Kusala Garuka Kamma adalah tumibal-lahir di alam Brahma.

Kamma jenis ini juga bisa terjadi untuk mereka yang telah melatih meditasi pengembangan kesadaran sehingga mencapai kebijaksanaan atau mencapai Nibbana. Dengan tercapainya Nibbana, maka ia sudah tidak akan terlahir kembali di alam manapun juga setelah ia meninggal di kehidupan ini.

Akusala Garuka Kamma, bila tidak ada waktu menimbulkan hasil, tetapi mempunyai kesempatan untuk menjadi Upatthambhaka Kamma (Karma membantu). Sebaliknya, Kusala Garuka Kamma, bila tidak ada waktu menimbulkan hasil, akan menjadi Ahosi Kamma dan tidak mempunyai kesempatan untuk menjadi Upatthambhaka Kamma (Karma membantu).

2. Āsanna Kamma (Karma yang berkesan yang muncul pada saat kematian) Pada saat seseorang akan meninggal dunia, maka pikirannya akan mengingat perbuatan kusala kamma (perbuatan baik) dan akusala kamma (perbuatan buruk/jahat) yang dilakukannya.

Apabila tidak ada perbuatan berat (karma berat) yang pernah dilakukan selama hidupnya, maka pikirannya akan mengingat salah satu perbuatan yang paling berkesan dalam hidupnya.

Karma inilah yang akan menentukan keadaan kelahiran seseorang yang akan datang jika tidak ada kekuatan karma lain yang lebih besar lagi yang menentukan.

Misalnya: Ia teringat kesan baik ketika ia mendengarkan Dhamma atau sering bertemu dengan para bhikkhu. Apabila ia meninggal pada saat mengingat kesan baik tersebut, ia akan terlahir di alam bahagia. Sebaliknya kalau ia teringat kesan perbuatan yang tidak baik, maka ia dapat saja terlahir di alam menderita.

Contoh: Seorang algojo pada saat menjelang ajalnya, ia mengingat pernah memberi sedekah kepada Y.A. Sariputta. Dengan mengingat hal ini ia terlahir di alam yang bahagia. Namun, meskipun terlahir di alam bahagia, ia tetap memperoleh dampak buruk dari apa perbuatan buruk yang pernah ia lakukan.

Ini pula sebabnya seseorang yang akan meninggal dunia dilakukan upacara pembacaan paritta. Salah satu tujuan upacara ritual ini adalah untuk membantu orang yang akan meninggal tersebut mengingat berbagai kesan kebajikan yang telah dilakukannya selama hidup. Dengan demikian, ia akan mempunyai kondisi untuk terlahir di alam bahagia.

3. Āciṇṇa Kamma atau Bahula Kamma adalah Karma Kebiasaan, yaitu perbuatan baik dan jahat yang merupakan kebiasaan bagi seseorang karena sering dilakukan.

Kalau di dalam proses kematian itu tidak ada perbuatan yang berkesan atau tidak sempat berpikir, misalnya karena ia meninggal dalam keadaan koma atau kecelakaan fatal, maka hal yang menentukan kelahiran kembalinya adalah perbuatan yang menjadi kebiasaan dalam hidupnya.

Misalnya, orang yang mempunyai kebiasaan bermain musik, apabila pada saat meninggal dunia ia teringat dengan kebiasaannya itu, maka ia dapat saja terlahir kembali sebagai orang yang memiliki bakat bermain musik sejak kecil.

Contoh: Cunda seorang penjagal babi, yang hidup disekitar vihara tempat Guru Buddha berdiam, ia meninggal dengan mendengking seperti babi karena kebiasaannya memotong babi.

4. Kattatā Kamma adalah Karma yang tidak terlalu berat dirasakan akibatnya. Karma ini yang paling lemah di antara semua karma. Karma ini merupakan perbuatan baik (kusala kamma) dan perbuatan jahat (akusala kamma) yang pernah dibuat dalam kehidupan lampau dan kehidupan sekarang ini yang hampir tidak didorong oleh kehendak. Karma ini berproses apabila ketiga kamma diatas tidak pernah dilakukan.

Misalnya: Pada satu saat, seseorang pernah melihat dan menyingkirkan paku agar tidak ada oranglain yang terluka karenanya, apabila kamma sederhana yang membahagiakan ini timbul di saat kematian, ia dapat pula terlahir di alam bahagia.

Dari keterangan di atas, dapatlah dimengerti bahwa karma walaupun hanya SATU, namun, dari berbagai sudut pandang, karma dapat dibagi menjadi tiga kelompok yaitu menurut waktu, fungsi dan sifatnya. Setiap kelompok terdiri dari empat bagian. Dengan demikian, secara keseluruhan, SATU karma yang dimiliki oleh seseorang dapat dimengerti sebagai 12 jenis karma yang saling berkaitan menjadi satu kesatuan.

Kamma-bandhu : Karma sebagai kerabat.

Karma adalah kerabat dan sahabat yang paling akrab, sebab dimanapun kita berada, karma selalu bersama kita.

Kamma-dayada : Karma sebagai warisan.

Warisan Karma baik dan karma buruk yang telah kita lakukan adalah warisan yang sesungguhnya. Itulah warisan dari Karma kita sendiri yang belum berbuah pada kehidupan sekarang, dan akan berbuah pada kehidupan yang akan datang.

Kamma-kilesa : Kekotoran tingkah laku.

Kamma-niyāma : Hukum Perbuatan (*Lihat huruf "P"- Panca Niyama*).

Kamma Nimitta : Gambaran perbuatan

Sesuatu reproduksi batin beberapa penglihatan, suara, bau, cita rasa, sentuhan atau pikiran yang menonjol pada waktu beberapa kegiatan penting, baik atau buruk, seperti sebuah mata pisau atau binatang-binatang yang hampir mati dalam hal seorang tukang jagal, pasien-pasien dalam hal seorang dokter, dan obyek pemujaan dan hal seorang pengikut dsb.

Kammappattissarana : Karma sebagai pelindung.

Karma yang dilakukan melalui Pikiran, ucapan dan badan jasmani, dalam hal ini adalah perbuatan baiklah yang akan melindungi kita.

Kamma-phala : Buah dari perbuatan.

Kammassaka : Karma sebagai milik atau harta.

Perbuatan didasarkan pada kehendak adalah satu-satunya milik atau harta kita. Ketika kita meninggal dunia, harta ini tidak dapat kita bawa maupun menikmatinya lagi. Sedangkan Karma yang kita buat sekarang, bilamana belum berbuah atau menghasilkan akibat pada kehidupan sekarang, maka setelah kita meninggal dunia, karma yang belum berbuah itu akan berproses lagi pada kelahiran yang akan datang.

Proses Karma tidak akan berhenti karena kita meninggal, meninggal hanyalah merupakan bagian dari proses hidup kita di alam semesta. Kehidupan tetap berlangsung terus walau sewaktu-waktu kita mengalami kematian, karena Karma adalah milik kita yang selalu beserta kita kemanapun kita dilahirkan. (= Hartaku : *Kammassaka*).

Kammathāna : Obyek meditasi.

Kamma-vipāka : Hasil atau akibat dari perbuatan.

Kammayoni : Perbuatan yang melahirkan.

Semua makhluk dilahirkan sesuai dengan karma yang telah kita buat sendiri. Kita terlahir sesuai dengan keadaan kita, seperti orang tua, tempat, kesehatan, phisik dan lain-lain, semuanya ditentukan oleh karma kita. Sebab itu kita dikatakan dilahirkan oleh karma.

Kāmogha : Banjir kenafsuan.

terdiri dari:

1. Kilesa-kāma, yaitu nafsu indera yang kotor, tenggelam dalam nafsu indera, terikat dengan nafsu indera, yang disebabkan kilesa 10 (sepuluh macam kekotoran batin), yaitu lobha-kilesa (ketamakan), dosa kilesa (kebencian), moha kilesa (kebodohan batin), māna kilesa (kesombongan), diṭṭhi kilesa (kekeliruan), vicikiccha kilesa (keraguan), thina kilesa (kemalasan), uddhacca kilesa (kegelisahan), ahirika kilesa (tidak ada malu), anottappa kilesa (tidak takut).

2. Vatthu kāma, yaitu; nafsu indera terhadap objek luar, yaitu pemandangan, suara, bau, rasa, dan sentuhan yang disebabkan kāmaguṇa 5 (5 macam objek kesenangan indera), yaitu rūpa (bentuk-bentuk yang dapat dilihat), sadda (suara), gandha (bau), rasa (rasa), phoṭṭhabba (sentuhan).

Kankhavitaraṇa Visuddhi : Kesucian mengatasi keragu-raguan (*lihat huruf "V" pada "Visuddhi Magga*).

Kappa/(skt.kalpa) : Satuan waktu, masa berlangsungnya dunia.

Karaṇiya : Harus dilakukan.

Karunā : 1). Welas asih, 2). Belas kasihan.

Sikap batin yang timbul apabila melihat penderitaan makhluk hidup lain dan berhasrat untuk menghilangkan atau meringankan penderitaan itu. Dengan *Karuna*, kekejaman akan dapat diatasi.

Welas Asih (Karuna)

Dunia menderita. Namun kebanyakan manusia menutup mata dan telinganya. Mereka tidak melihat aliran air mata yang terus mengalir dalam kehidupan : mereka tidak mendengar jeritan dan ratap tangis kesedihan yang secara terus menerus menyelubungi dunia ini. Kesedihan dan kesenangan kecil mereka sendiri telah menghalangi pandangan mereka, menulikan telinga mereka.

Terikat oleh sikap mementingkan diri sendiri, hati mereka berubah menjadi kaku dan sempit. Dengan hati yang kaku dan sempit, bagaimana mereka dapat berjuang untuk mencapai tujuan yang lebih tinggi, untuk menyadari bahwa dengan terlepas dari kemelekatan egois barulah dapat mencapai keterbebasan dari penderitaan? Welas asihlah yang menyingkirkan penghalang berat tersebut, membuka pintu menuju pembebasan, membuat hati yang sempit menjadi seluas dunia. Welas asih menyingkirkan beban berat yang ada di hati, beban yang melumpuhkan: welas asih memberi sayap bagi mereka yang berada dalam keadaan diri yang rendah.

Melalui welas asih, fakta adanya penderitaan akan dengan jelas selalu hadir dalam batin kita, bahkan pada masa-masa ketika kita secara pribadi sedang terbebas dari penderitaan. Welas asih akan memberi kita pengalaman yang kaya mengenai penderitaan, sehingga menguatkan kita untuk menghadapinya, ketika penderitaan tersebut menimpa diri kita. Welas asih membuat kita bersyukur dan menghargai nasib kita dengan menunjukkan pada kita bagaimana kehidupan pihak lain, yang seringkali jauh lebih sukar dan menyedihkan dibanding hidup kita.

Lihatlah perjalanan tanpa akhir makhluk-makhluk, manusia dan hewan terbebani oleh kesedihan dan rasa sakit! Beban yang ada pada setiap dari mereka, juga telah kita bawa melalui rentetan kehidupan berulang yang tak terukur dalamnya dari suatu masa yang sangat lampau. Lihatlah ini, dan bukalah hatimu terhadap welas asih!

Dan kesengsaraan ini mungkin saja menjadi nasib kita lagi! Ia yang tanpa welas asih sekarang, suatu saat akan menangis menyesalinya. Jika perasaan simpatik terhadap pihak lain sangat sedikit, perasaan simpatik ini juga akan kita capai melalui pengalaman diri sendiri yang panjang dan menyakitkan. Inilah hukum yang luar biasa dari kehidupan. Pahamiilah ini, jagalah dirimu! Makhluk-makhluk tenggelam dalam ketidakpedulian (ignorance), tersesat dalam delusi, tergesa-gesa dari satu penderitaan ke yang lain, tidak mengetahui penyebab sesungguhnya, tidak tahu bagaimana melarikan diri darinya. Penembusan pemahaman terhadap hukum universal mengenai penderitaan ini merupakan landasan nyata dari welas asih yang kita miliki, bukanlah karena adanya fakta penderitaan tertentu saja.

Dengan demikian, welas asih kita juga akan mencakup mereka yang saat ini mungkin sedang bahagia, namun bertindak dengan batin yang jahat dan terdelusi. Dalam perbuatan yang mereka lakukan saat ini, kita akan dapat melihat masa depan mereka yang penuh kesedihan, dan karenanya welas asih akan muncul.

Welas asih dari seseorang yang bijaksana tidak akan menyebabkannya menjadi korban dari penderitaan. Pikiran, kata-kata dan perbuatannya penuh belas kasih. Akan tetapi, hatinya tidaklah bimbang; sebagaimana adanya, jernih dan tenang. Dengan bagaimana lagi ia dapat membantu?

Semoga welas asih demikian dapat tumbuh dalam hati kita! Welas asih yang merupakan keagungan hati dan pikiran yang luhur yang mengerti, memahami, dan siap untuk membantu. Welas asih yang merupakan kekuatan sekaligus pemberi kekuatan: inilah welas asih tertinggi. Dan apa perwujudan tertinggi dari welas asih?

Menunjukkan kepada dunia jalan yang menuntun pada berakhirnya penderitaan, jalan tersebut ditunjukkan, dijalani dan direalisasikan untuk mencapai kesempurnaan oleh Beliau. Ia yang Paling Berbahagia, Sang Buddha.

Katattā kamma : Kamma yang tertimbun, perbuatan baik dan buruk yang lemah.

Katavedita : Pikiran berterima kasih.

Kaya-sakkhi : Orang yang terbebas melalui kesadaran terhadap badan jasmani

Kesunyataan : Kebenaran.

Kevala : Khas.

Khamanasila : Pikiran memaafkan,

Khandha/ (skt. skandha) : Kelompok kegemaran, agregat.

Khanti/ (skt. Kṣānti) : Kesabaran, toleransi.

Adalah kesabaran untuk menahan penderitaan yang dibebankan pada dirinya oleh pihak lain dan kesabaran dalam menghadapi kesalahan pihak lain. Kita hendaknya berusaha melatih dan mengembangkan kesabaran dalam kehidupan sehari-hari, baik saat bekerja, belajar, menunggu maupun kegiatan yang lainnya. Melatih kesabaran, tidak hanya pada saat kita mengalami penderitaan, tetapi saat bahagia-pun kita harus mengembang-kan kesabaran ini. Ketika menghadapi situasi yang baik, hendaknya tanpa dilandasi dengan rasa keserakahan, dan ketika menghadapi situasi yang tidak baik hendaknya rasa kebencian tidak dimunculkan. Jika kita telah benar-benar melaksanakan hal-hal tersebut, maka kita dapat disebut orang yang sabar.

Khantisamvara : mengendalikan diri dengan kesabaran.

Khantipāramitā : Kesempurnaan Kesabaran.

Khantibala : Kekuatan kesabaran, sangat sabar.

Khaya-dhamma : Lenyap.

Khaye Nāna : Pemadaman nafsu keinginan.

Khema : Perlindungan, selamat, damai, aman, makmur.

Khinasava : Seseorang dengan noda yang sudah berakhir.

Khippabhinnanam : Dalam kecepatan pengertian.

Khupipāsā : Kelaparan dan kehausan (akibat dai kemiskinan yang suka rela).

Kilesā : 1). Kekotoran batin, 2). Noda-noda .

Dalam aksinya, kilesa atau kekotoran batin, bekerja dengan cara yang sangat halus, sehingga kita akan

mudah tertipu olehnya. Meskipun kita sudah mengetahui dan berusaha menjalankan Dhamma dengan baik, menjaga ucapan, perbuatan serta pikiran kita, tetapi di saat kita lengah maka kilesa akan muncul dan menguasai kita, dan tanpa disadari, kita sudah melakukan hal-hal akusala. Pada kondisi yang demikian itu, kita akan mudah melanggar sila, mengucapkan kata-kata yang kasar, menyakiti orang lain, bersikap semenamena, mementingkan diri sendiri, ataupun marah-marah, dan sebagainya.

Setelah keadaan ini terjadi, kita menjadi tenang kembali, dapat menguasai diri, barulah kita menyesalinya. Kenapa saya berbuat demikian? Pada saat itu, kita mungkin bertekad untuk tidak melakukan kesalahan yang sama. Tetapi, lagi-lagi, di kemudian hari, ketika kita lengah, kita melakukan kesalahan lagi. Dan, lagi-lagi kita menyesalinya, lagi-lagi kita melakukannya, begitulah seterusnya.

Kalau kita amati hal di atas, kita akan mengetahui betapa pentingnya Dhamma, ajaran Sang Buddha.

Dhamma ini membuat kita menyadari apa yang baik dan buruk, dan juga dapat menjadi pengingat bagi kita. Di kala kita lengah dan kemudian kita mengingat Dhamma, kita akan menjadi lebih sadar.

Berhubung kita masih memiliki sisi yang buruk, kita membutuhkan semacam peta atau petunjuk jalan bagi kita. Dhamma inilah yang dapat kita jadikan sebagai kompas dalam menjalani kehidupan (samsara), sehingga kita tidak akan tersesat, kita akan aman dan sampai pada tujuan. Meskipun kita melalui hutan belantara, tetapi akan berbahaya jika kita sampai salah melangkah.

Ksatriya : Kasta dari para raja, pangeran dan bangsawan, kasta kedua dalam agama Hindu.

Kukkucā : 1). Kekhawatiran, 2). Penyesalan, 3). Kemurungan.

yaitu kekhawatiran terhadap sesuatu hal yang telah dikerjakan dengan salah, atau kegagalan dalam melakukan pekerjaan bajik sehingga timbul kemurungan, atau merupakan penyesalan atas kejahatan yang telah dilakukan. Penyesalan atas kejahatan seseorang tidak membebaskan orang tersebut dari akibat-akibat yang tidak dapat dihindarkan. Penyesalan yang terbaik adalah tidak akan mengulangi kejahatan itu.

Kusala : 1). Baik, 2). Bermanfaat, 3). Positif.

Kusala-kamma : Karma baik.

KELOMPOK : L

Lābha : Keuntungan.

Lobha / (Skt. Lobha) : 1). Keserakahan, 2). Ketamakan.

Yaitu suatu sifat batin yang dipenuhi dengan keinginan untuk memuaskan nafsu indera.

Secara etika berarti ketamakan, tetapi secara psikologi berarti terikatnya pikiran oleh obyek-obyek. Inilah yang kadang-kadang disebut Tanha atau keinginan, kadang-kadang pula disebut abhijjha atau nafsu loba, kadang-kadang juga disebut kama atau nafsu indera, dan kadang-kadang juga disebut raga atau hawa nafsu.

Akibat dari Lobha :

- Semua makhluk sebagian besar dilahirkan menjadi setan (Peta) dan raksasa asura (asurakaya) dengan kekuatan Lobha.

Lokayata : Orang Musnah setelah kematiannya.

Lokuttara : Diluar keduniawian.

Lokuttara-abhinna : Kemampuan batin yang melampaui duniawi.

Loka : Dunia, alam kehidupan.

Lokadhatu : Sistem-dunia.

Lokiya : Bersifat duniawi, keduniawian.

Lokavidū : Pengenal alam semesta.

KELOMPOK : M

Macchariya : 1). Kikir, 2). Egois.

Yaitu suka mementingkan dirinya sendiri, tidak dermawan atau tidak suka menolong orang lain.

Maccu/(skt.Mṛtyu) : Kematian.

Maccudheyya/(skt.Mṛtyudheya) : Alam Kematian, Alam Mara.

Maggacitta : Jalan kesadaran.

Magga/(skt.Mārga) : 1). Jalan, 2). Lintasan, 3). Jalan setapak.

Maggamagganandassana Visuddhi : kesucian oleh pengetahuan dan penglihatan tentang jalan dan bukan jalan. (*lihat huruf "V" pada "Visuddhi Magga "*).

Mahapurisa lakkhana : Tiga puluh dua tanda orang agung.

Mahhava : Lemah lembut, halus.

Mahā-bhutā: Empat unsur ; padat, cair, panas dan gerak.

Maha Brahma : Alam dari para Brahma Yang Agung.

Mahādānā : Dana Agung yang dilaksanakan oleh para Bodhisatta.

Maha Parisuddhi : Maha Suci.

Merupakan salah satu dari sifat-sifat Buddha, disebut Maha Suci karena semua kekotoran batin telah dilenyapkan total tanpa bantuan orang lain. dengan kesucian ini maka lingkaran kelahiran kembali telah diputuskan, tidak adda lagi kelahiran berikutnya, semua tugas yang harus dikerjakan telah diselesaikan. Semua kekotoran batin yang dilenyapkan itu adalah sepuluh *Samyojana* yaitu :

Lima belunggu tsb. dibawah ini disebut belunggu-belunggu rendah (Orambhagiya)

a) Pandangan salah tentang adanya aku yang kekal.(sakayaditthi)

Karena adanya kekotoran batin ini, maka seseorang berkeinginan untuk hidup terus dalam kelahirankelahiran baru. Pandangan salah ini menganggap bahwa kita mempunyai jiwa, aku, sukma atau nyawa yang kekal.

b) Keragu-raguan (vicikicha)

Dalam hal ini keragu-raguan muncul terhadap Buddha, Dhamma dan Sangha. Bentuk keragu-raguan ini adalah berkaitan dengan kebenaran dan kesucian Sang Buddha. Dhamma itu tidak benar sehingga kebenaran Sang Jalan-pun berarti tidak benar, Sanghapun tidak benar. Karena keragu-raguan inilah maka dalam

melaksanakan usahanya dengan Magga adalah tidak dikerjakan dengan sempurna, akibatnya tidak ada kemajuan batin.

c) Kemelekatan dalam melaksanakan peraturan-peraturan dan upacara-upacara ritual. (silabbataparamasa).

Suatu kepercayaan bahwa keselamatan dapat dicapai apabila kita melaksanakan peraturan-peraturan dan upacara-upacara ritual saja.

d) Pemuasan nafsu indera (kamaraga)

Keinginan yang sangat kuat melekat pada manusia adalah untuk memuaskan nafsu indera. Keinginan ini didasarkan pada keserakahan. Karena keinginan inilah maka kita sulit sekali melepaskan diri dari lingkaran kelahiran.

e) Mudah tersinggung (Patigha)

Kemungkinan yang paling kecilpun dapat membuat seseorang menjadi marah, dengan adanya ketidaksenangan ini, menyebabkan kita sulit sekali menenangkan batin kita, sehingga sulit untuk melaksanakan Dhamma.

Lima Samyojana tsb. dibawah ini disebut rintangan-rintangan tinggi (Uddhanabagiya)

a) Keinginan untuk terlahir di Alam Rupa (meditasi bentuk, rupa-raga)

Karena belum melenyapkan semua kekotoran batin, maka seseorang masih dapat terlahir di Alam Rupa. Alam rupa dicapai karena seseorang telah berhasil mencapai Rupa Jhana dalam meditasinya dan ia meninggal pada waktu memusatkan pikirannya pada pencapaian salah satu Rupa Jhananya.

b) Keinginan untuk terlahir di Alam Arupa (Aruparaga)

Karena belum melenyapkan semua kekotoran batin, maka seseorang masih dapat terlahir di Alam Arupa. Alam Arupa dicapai karena seseorang telah berhasil mencapai Arupa Jhana dalam meditasinya dan ia meninggal pada waktu memusatkan pikirannya pada pencapaian salah satu Arupa Jhananya.

c) Kesombongan.(mana)

Kekotoran batin ini muncul sebagai suatu pembandingan diri sendiri dengan orang lain, karena ia telah mencapai kesucian batin tertentu (Anagami), sedangkan orang lain belum mencapai tingkat itu.

Kesombongan ini bukan kesombongan untuk menghina orang lain, namun hanya sebagai kekotoran batin yang sangat halus.

d) Kegelisahan (Uddhacca)

Ini adalah kekotoran batin halus yang muncul karena seseorang baru dapat melenyapkan sebagian kekotoran batin, sedangkan kekotoran batin lainnya belum dilenyapkan. Atau dengan kata lain, seseorang gelisah karena belum mencapai kesucian batin yang sempurna.

e) Kebodohan (Avijja)

Kekotoran batin inilah yang sangat halus dari semua macam kekotoran batin, karena adanya kebodohan (avijja) ini maka semua kekotoran batin muncul. Adanya kebodohan ini, maka kebijaksanaan tidak berkembang, akibatnya kita terlibat dalam rangkaian kelahiran atau kehidupan yang berlangsung terus. Dengan lenyapnya semua kekotoran batin ini, maka penerangan agung dicapai , bersamaan dengan itu kesucian batin menjadi sempurna, Nibbanapun tercapai.

Maha Panna : Kebijaksanaan tertinggi.

Kebijaksanaan ini dicapai dengan melaksanakan meditasi pandangan terang (*vipassana Bhavana*) setelah beliau menguasai meditasi ketenangan batin (*Samatha bhavana*). dengan *Samatha Bhavana* Beliau memiliki kemampuan batin untuk melihat kehidupan-kehidupannya yang lampau serta kematian dan kelahiran kembali dari makhluk-makhluk, sehingga dengan pengetahuan-pengetahuan ini Beliau dapat merealisasikan tentang Hukum Sebab-Akibat yang saling bergantung (*paticcasamuppada*). Dengan mengetahui cara kerja hukum ini, Beliau dapat memutuskan mata rantainya, akibatnya adalah putusnya rantai kelahiran yang berulang kali. Maka kesucian batin dicapai, kelahiran kembali telah putus, penerangan agung tercapai.

Bersamaan dengan pencapaian penerangan agung, kebijaksanaan menjadi sempurna (Maha panna), Beliau memiliki **Chalabhinna dan Dasabala** yang sempurna. Beliaupun disebut sebagai seorang Sabbanu (Maha tahu) karena kesempurnaan kebijaksanaannya itu.

Mahāyāna : 1). Kereta besar, 2). Aliran Utara dari agama Buddha.

Maha Karuna : Maha Kasih Sayang.

Kemaha Kasih sayangan Sang Buddha kepada semua makhluk adalah tanpa batas. Maha Karuna ini adalah berkaitan erat dengan kecenderungan Sang Buddha untuk meringankan dan akhirnya melenyapkan penderitaan makhluk-makhluk. Untuk semua makhluk Sang buddha bersedia membabarkan Dhamma dan walaupun pada kenyataannya masih sangat banyak orang atau makhluk lain yang tidak mematuhi anjuranNYA, namun dalam diri Beliau tidak ada kemarahan atau kekecewaan yang muncul, Beliau sampaikan Dhamma dengan penuh kesabaran dan cinta kasih.

Karena sesungguhnya, ketika Beliau telah mencapai kesucian batin, penerangan sempurna, mencapai Nibbana atau menjadi Buddha, Beliau tidak perlu bersusah-susah untuk mengajarkan dhamma kepada orang lain, tidak perlu mengunjungi atau bepegian ke berbagai tempat yang jauh dan sebagainya, cukup pada saat pencapaian itu, beliau parinibbana (meninggal)saja. Sebab bagi seorang Buddha atau Arahat, perbuatan baik apapun yang mereka lakukan, semua itu tidak akan menghasilkan pahala apapun. Perbuatan para Buddha dan Arahat tidak disebut sebagai Karma, tetapi perbuatan mereka disebut sebagai “Kiriya”. Perbuatan yang disebut Karma, masih akan menghasilkan buah, yaitu akibat buruk atau pahala yang menyenangkan. Namun perbuatan “ Kiriya “ adalah ,, melakukan demi perbuatan saja ,, Perbuatan Kiriya adalah perbuatan yang bersih tanpa pamrih samasekali. Perbuatan Karma baik oleh Orang biasa atau awam, misalnya ,, kita rela mati demi menolong orang lain” merupakan suatu perbuatan baik yang masih menghasilkan Karma baik, karena perbuatan ini dilakukan oleh seseorang yang masih diliputi enam akar (cha mula) dalam batinnya.

Mahabhogā : Kaya.

Mahāthera/(skt.Mahāsthavira) : Bhikkhu Senior (menjadi Bhikkhu lebih dari 20 tahun)

Mahesakka : Berpengaruh.

Majjhima/(skt.Madhyama) : 1). Tengah-tengah, 2). Sentral, pusat.

Majjhimā Patipadā : Jalan tengah.

Makha Thambha : Celaan dan keras kepala.

Māna : 1). Sombong, 2). Angkuh.

Kesombongan atau tafsiran yang salah. Ia merenungkan secara salah terhadap nama-rupa (batin-jasmani) ini, sehingga menjadi suatu “aku” dan ditafsirkannya sebagai sesuatu yang mulia tau hina terhadap kasta, kepercayaan dsb. yang ada pada seseorang.

Manas : Pikiran.

Manas bukanlah “jiwa” sebagai lawan dari “badan jasmani”. Manas sebenarnya juga sebuah indria sebagaimana halnya dengan mata atau telinga. Manas atau pikiran dapat dikontrol dan dikembangkan seperti indria yang lain dan Sang Buddha sering berbicara mengenai faedah mengontrol dan mengembangkan keenam indria ini. Perbedaan antara indria mata dan indria pikiran ialah bahwa mata berhubungan dengan warna dan benda yang tampak, sedangkan pikiran berhubungan dengan alam pikiran, gagasan serta obyek mental. Kita mengetahui berbagai hal di dunia ini melalui berbagai indria yang kita miliki. Misalnya, kita tidak dapat mendengar warna, tetapi kita melihat warna; sebaliknya, kita tidak dapat melihat suara, tetapi kita mendengar suara. Dengan lima indria fisik, kita hanya dapat mengetahui bentuk-bentuk yang terlihat, suara, bebauan, perasaan lidah dan benda-benda yang dapat disentuh.

Tetapi, kesemuanya ini baru merupakan sebagian dari isi dunia ini, Sebab, bagaimana dengan gagasan-gagasan dan pikiran ?. Mereka-pun merupakan bagian dari dunia ini. tetapi kita tidak dapat mengetahui mereka dengan perantara indria mata, telinga, hidung, lidah dan badan jasmani. namun mereka dapat kita ketahui melalui indria keenam yaitu indria Pikiran.

Perlu disadari bahwa pikiran dan gagasan-gagasan tidaklah berdiri sendiri terlepas dari pengalaman-pengalaman lima indria fisik lainnya. Pada hakekatnya mereka tergantung kepada dan timbul oleh pengalaman fisik.

Seorang yang dilahirkan buta, tidak mempunyai ide (gambaran) tentang warna, kecuali melalui perbandingan dari suara atau hal-hal lain yang ia pernah alami dengan inderanya yang lain. dengan demikian, jelas bahwa hal-hal lain yang merupakan bagian dari dunia ini, dihasilkan dan disebabkan oleh pengalaman-pengalaman fisik yang telah diceraap oleh pikiran kita. Oleh karena itu, pikiran (*manas*) dapat dianggap sama seperti indera-indera lain, misalnya mata atau telinga.

Manasikāra : 1). Pikiran, 2). Gagasan, 3). Perhatian.

Berguna untuk membawa obyek keinginan itu kedalam bidang kesadaran

Maññati : 1). Berpikir, 2). Berpendapat, 3). Membayangkan.

Maṅgala : 1). Berkah, 2). Keberuntungan, 3). Menghasilkan kebahagiaan.

Manosancetanāhāra : Kehendak sebagai “makanan” untuk tumimbal lahir.

Manokamma/(skt.Manokarma): Perbuatan melalui pikiran.

Manoduccarita : Perbuatan buruk melalui pikiran.

Manomaya-iddhi : Kemampuan mencipta dengan kekuatan pikiran.

misalnya: Menciptakan harimau, singa, pohon, dewa dewi dan lainnya.

Mano (manas) : Pikiran.

Mano-Viññāṇa : Kesadaran pikiran.

Mempunyai pikiran sebagai dasar dan ide atau gambar-pikiran sebagai obyek.

Mano sankhara : Kegiatan pikiran.

Mansa-Cakkhu : Mata jasmani biasa .

Manussa loka : Alam manusia (*lihat huruf “T” pada Tiloka/Triloka*).

Māraṇa : Kematian.

Māra : 1). Iblis yang jahat, 2). lambang ketidakpuasan dalam diri dan pengalaman diri.

Nama lain Mara adalah : 1).Devaputta (Dewa mara), 2).Kilesa (Nafsu), 3). Abhisamkhāra (aktifitas Kamma), 4).Khandha (kelompok-kelompok), 5). Maccu (Kematian).

Matima: Terpelajar.

Matugama : 1). Ibu bangsa, 2). Ibu masyarakat.

Māyā: 1). Kepalsuan, 2). Kepura-puraan, 3). Khayal, 4). Ilusi.

Mettā / (skt.Maitri) : 1). Cinta kasih universal, 2).Cinta kasih tanpa pamrih

Cinta kasih yang tidak terbatas dan universal, dan kemauan baik terhadap semua makhluk, tanpa membuat perbedaan apapun juga, seperti “ Seorang ibu mencintai anaknya yang tunggal “

Cinta (Mettā):

Cinta, tanpa nafsu untuk memiliki, memahami dengan baik bahwa dalam hakikat tertinggi, tidaklah ada kepemilikan maupun pemilik; inilah cinta yang tertinggi.

Cinta, tanpa berbicara dan berpikir mengenai "Aku", memahami dengan baik bahwa apa yang dinamakan "Aku" sebenarnya hanyalah *delusi* (khayalan).

Cinta, tanpa memiliki maupun mengecualikan, memahami dengan baik bahwa melakukan hal tersebut (diskriminasi) berarti menciptakan kualitas sifat-sifat yang bertentangan dengan cinta itu sendiri; perasaan tidak suka, kejengkelan maupun kebencian.

Cinta, merangkul semua makhluk; kecil maupun besar, jauh maupun dekat, baik di darat, air maupun udara. Cinta merangkul semua makhluk tanpa memihak, bukan hanya terhadap orang-orang yang berguna, menyenangkan atau kita sukai.

Cinta, merangkul semua makhluk, baik yang memiliki batin luhur maupun rendah, batin yang baik ataupun jahat. Mereka yang berhati mulai dan baik dirangkul karena cinta mengalir ke mereka secara spontan. Mereka yang berhati rendah dan jahat juga dirangkul karena merkalah yang sangat membutuhkan cinta. Banyak dalam diri mereka, benih-benih kebajikan mungkin telah mati karena kurangnya kehangatan untuk dapat

tumbuh dan tertunas, karena benih itu telah musnah akibat kedinginan dalam dunia yang tanpa cinta. Cinta, merangkul semua makhluk, memahami dengan baik bahwa kita semua sama-sama merupakan pengembara dalam siklus eksistensi - bahwa kita semua mengalami hukum yang sama mengenai penderitaan. Cinta, bukan api sensasi yang membakar, menghanguskan dan menyiksa, yang menyebabkan lebih banyak luka daripada yang dapat ia obati - yang seketika menyala terang, dan tiba-tiba padam, menyisakan banyak perasaan dingin dan kesepian dibandingkan sebelumnya. Melainkan, cinta yang terulur bagaikan tangan yang lembut namun kokoh kepada makhluk-makhluk yang sakit dan bermasalah, tidak berubah dalam hal perasaan simpatiknya, tanpa kebimbangan, tidak menyurut ketika mendapatkan respon apapun. Cinta yang memberikan kesejukan yang nyaman kepada mereka yang terkabar oleh api penderitaan dan nafsu; yang merupakan kehangatan pemberi kehidupan bagi mereka yang ditinggalkan dalam padang pasir kesepian yang dingin, bagi mereka yang gemetar kedinginan dalam kebekuan dunia tanpa cinta; bagi mereka yang hatinya seolah telah menjadi kosong dan kering akibat panggilan berulang-ulang meminta pertolongan yang tak kunjung tiba, akibat perasaan putus asa yang paling dalam. Cinta, yang merupakan keagungan hati dan pikiran yang luhur yang mengerti, memahami dan siap untuk membantu. Cinta, yang merupakan kekuatan sekaligus pemberi kekuatan: inilah cinta tertinggi. Cinta, yang oleh "Ia yang Telah Tercerahkan" disebut sebagai "pembebasan dari hati", "keindahan yang paling luhur": inilah cinta tertinggi. Dan apa perwujudan tertinggi dari cinta? Menunjukkan kepada dunia jalan yang menuntun pada berakhirnya penderitaan, jalan tersebut ditunjukkan, dijalani dan direalisasikan untuk mencapai kesempurnaan oleh Beliau, Ia yang Paling Berbahagia, Sang Buddha.

Mettā-karunā : Cinta kasih-belas kasihan.

Mencakup cinta kasih, suka beramal, ramah tamah, toleransi dan sifat-sifat luhur lainnya yang ada hubungannya dengan perasaan (emosi) atau sifat-sifat yang timbul dari hati.

Metta-Karuna

Metta berarti cinta kasih universal yang dipancarkan dengan tanpa batas dan tanpa pamrih apapun. Karuna adalah rasa kasihan melihat penderitaan yang dialami orang atau makhluk lain. Metta dan Karuna adalah dua sifat pertama dari empat kediaman luhur (Brahma Vihara) atau empat keadaan yang tak terbatas (Apamanna). Metta dan Karuna memiliki tujuan yang sama, yaitu mengharapkan orang lain atau makhluk lain berbahagia. Cinta kasih dan belas kasih dalam Dhamma tidak hanya kita pancarkan kepada sesama manusia saja, tetapi juga Metta-Karuna kita pancarkan kepada semua makhluk. Kepada makhluk yang besar atau kecil, panjang atau pendek, gemuk atau kurus, terlihat atau tidak terlihat, yang telah lahir ataupun yang akan lahir. Demikianlah cara pengembangan Metta-Karuna yang dijelaskan dalam Sutta Nipata 146-147.

Inilah salah satu keistimewaan yang dimiliki agama Buddha. Jika dalam keyakinan lain ada ajaran yang mengajarkan kepada umatnya untuk membunuh atau menganiaya makhluk hidup pada hari atau waktu tertentu, tetapi sebaliknya, Buddha-Dhamma justru mengajarkan agar umatnya berbuat sesuatu untuk memberikan kebebasan (mengembang-kan Metta-Karuna) kepada makhluk hidup. Salah satunya adalah dengan melepaskan mereka ke alam bebas (Abhaya dana) dan bukan membunuh atau menganiaya mereka. Inilah pengembangan cinta kasih dan belas kasih yang semestinya kita praktikkan.

Micchā-dīṭṭhi/(skt.Mithyādrsti) : Pandangan salah, pandangan keliru.

Micchā samādhi : Meditasi yang salah.

Meditasi dengan memakai obyek yang dapat menimbulkan kekotoran batin atau dapat menimbulkan perkembangan Lobha, Dosa dan Moha yang akan menambah karma-karma buruk.

Middha : 1). Kelambanan, 2). Kelesuan, 3). Tidak bersemangat.

Kelelahan dari bakat-bakat tiap-tiap bentuk-bentuk batin. (kontak, perasaan, pencerapan dan lain-lain)

Mitta/(skt. Mitra) : Sahabat.

Moha / (Skt. Moha) : 1). Kebodohan batin, 2). Kegelapan batin, 3). Ketidaktahuan.

Adalah suatu sifat batin yang tidak mengetahui sesuatu yang baik dan buruk, salah dan benar, sehingga berkecenderungan untuk berbuat sesuatu yang tidak menguntungkan atau bermanfaat untuk diri sendiri maupun makhluk lain. Ia disebut juga sebagai avijja atau tidak tahu, annana atau tidak berpengetahuan, adassana atau tidak nampak, tidak mengerti.

Akibat dari Moha :

- Semua makhluk dilahirkan menjadi binatang (tiracchanayoni) dengan kekuatan moha.

Moha gati : Dorongan ketidaktahuan.

Mohakkhayo : Padamnya kebodohan.

Mokkha/(skt.Moksa) : Kebebasan, Nirvana.

Mosadhamma : Segala sesuatu yang tidak nyata.

Mudittā / (skt.Muditā) : Simpati, turut merasakan kebahagiaan orang lain.

Adalah suatu bentuk perasaan yang menempatkan diri kita seperti keadaan orang lain. Dalam hal ini, bilamana ada orang yang menderita, maka kita-pun menderita seperti dia, namun sebaliknya bila ada orang yang lain bergembira, kitapun menempatkan diri seperti apa yang dirasakan orang itu. Dengan mengembangkan Mudita, maka perasaan iri, dengki dan sakit hati dapat diatasi.

Turut Berbahagia (Mudita)

Tidak hanya terhadap welas asih, namun juga terhadap turut berbahagia, bukalah hatimu! Kecil memang, porsi kebahagiaan dan kegembiraan yang terbagi ke makhluk-makhluk! Ketika secercah kecil kebahagiaan datang kepada mereka, maka kamu dapat ikut berbahagia bahwasannya satu berkas kegembiraan telah membelah kegelapan dalam hidup mereka, dan mengusir kabut kelabu dan muram yang membungkus hati mereka.

Hidupmu akan meraih kegembiraan dengan berbagi kebahagiaan, orang lain seakan-akan sebagai kebahagiaanmu sendiri. Tidak pernahkah kamu mengamati bagaimana dalam momen-momen kebahagiaan, karakteristik seseorang dapat berubah dan menjadi cerah dengan kegembiraan? Tidak pernahkah kamu memperhatikan bagaimana kegembiraan membangkitkan manusia ke dalam aspirasi dan perbuatan yang

mulia, melampaui kapasitas normal mereka? Bukanlah pengalaman demikian akan mengisi hatimu sendiri dengan berkah kegembiraan? Apa pada dirimu sendiri kemampuan untuk meningkatkan pengalaman kebahagiaan simpatik sedemikian, dengan menghasilkan kebahagiaan dalam diri orang lain, dengan membawakan mereka kegembiraan dan kenyamanan.

Mari kita mengajarkan suka cita yang sesungguhnya kepada manusia! Banyak yang telah melupakannya. Kehidupan, meski penuh dengan lara nestapa, juga membawakan sumber-sumber kebahagiaan dan suka cita, tidak disadari oleh banyak orang. Mari kita mengajarkan mereka untuk menyingkapkan suka cita mereka pada derajat yang semakin mulia.

Suka cita yang luhur dan mulia adalah penolong dalam jalan menuju lenyapnya penderitaan. Bukankah ia yang depresi dan tertekan dalam kesedihan, melainkan ia yang memiliki kebahagiaan, yang dapat menemukan keheňangan yang jernih yang menuntun pada keadaan batin yang komtemplatif. Dan hanya batin yang hening damai dan terpusat yang dapat mencapai kebijaksanaan yang membebaskan.

Semakin luhur dan mulia suka cita orang lain, semakin kukuh kebahagiaan simpatik dalam diri kita sendiri. Penyebab turut berbahagianya diri kita terhadap suka cita pihak lain adalah karena kehidupan mereka yang mulia akan menjaga mereka dalam kebahagiaan saat ini maupun di kehidupan sesudahnya. Penyebab yang lebih mulia turut berbahagianya diri kita terhadap suka cita pihak lain adalah keyakinan mereka dalam Dhamma, pemahaman mereka mengenai Dhamma, kehidupan mereka yang mengikuti Dhamma. Marilah kita memberikan bantian Dhamma kepada mereka! Marilah kita berjuang untuk menjadi diri kita semakin mampu menawarkan bantuan tersebut!

Turut berbahagia berarti keagungan hati dan pikiran yang luhur yang mengerti, memahami dan siap untuk membantu.

Turut berbahagia yang merupakan kekuatan sekaligus pemberi kekuatan: adalah kebahagiaan tertinggi.

Dan apa perwujudan tertinggi dari turut berbahagia?

Menunjukkan kepada dunia jalan yang menuntun pada berakhirnya penderitaan, jalan tersebut ditunjukkan, dijalani dan direalisasikan untuk mencapai kesempurnaan oleh Beliau, Ia yang Paling Berbahagia, Sang Buddha.

Mudu : Luwes.

Muditā: Kegembiraan simpatik.

Musāvāda : Berbohong.

Mutti : Kebebasan.

KELOMPOK : N

Nairatmya : Tanpa roh, kenyataan bahwa Sang Aku itu tidak ada.

Nāma : Batin.

Namakkāra/(skt.namaskāra) : Penghormatan.

Nāma-rūpa : Batin dan jasmani.

Nama (batin)terdiri dari tiga khanda yaitu : vedana, sañña , sankhāra dan viññāna, Rupa adalah jasmani.

Nama-Rupa (batin dan jasmani); diibaratkan pria dan wanita. Anggaplah pria ini jasmani dan wanita itu batin dalam suatu perahu. Perahu ini terdiri dari batin dan jasmani. Kemudian batin dan jasmani ini mengkondisikan salayatana. (enam landasan-indera)

Namaste : Salam hormat kepada anda.

Namo : Pujian, sembah sujud.

Namo Buddhaya : Terpujilah Buddha.

Ñāna/(skt. jñāna) : Kebijaksanaan, pengetahuan.

Nandiragasahagatā : Terikat oleh hawa nafsu.

Ñānadassana : Mengetahui dan melihat, pandangan jernih, pengetahuan sempurna, Pandangan, penglihatan melalui kebijaksanaan(lihat huruf "V"pada "Visudhi").

Nanavipphara-iddhi : Kemampuan pengetahuan menembus Ajaran .

Nekkhamma : Pelepasan keduniawian.

Melepaskan kesenangan duniawi atau tidak mementingkan diri sendiri untuk melawan kemelekatan/penguasaan harta benda.

Melalui meditasi dan perenungan yang tekun, kita akan merasakan betapa sia-sianya mengejar kesenangan materi yang rendah dan hasil kebahagiaan dengan meninggalkan semua itu. Ia mengembangkan ketidakmelekatan sampai pada tahap yang sempurna . “ melebihi segala bentuk kesenangan indera adalah kebahagiaan karena tidak melekat pada dunia.” merupakan salah satu pernyataan Sang Buddha.

Nekkahamasankhappa : Pikiran yang bebas dari keserakahan dari nafsu-nafsu indera, serta bertujuan untuk terbebas dari lingkaran kelahiran kembali.

Nevasannisasanni : Bukan memiliki persepsi dan bukan tanpa persepsi.

N"eva saññā „asaññāyatana : Batin yang berada dalam keadaan Bukan Pencerapan pun Bukan „bukanpencerapan” .

Nibbāna / (skt. Nirvana) : Kesunyataan Mutlak, Padamnya keinginan.

Istilah *Nibbāna* secara harafiah berarti “padam”, serta mengacu kepemadaman api keserakahan, kebencian dan kegelapan batin. Sang buddha juga menggunakan ungkapan-ungkapan lain untuk menggambarkan hal ini : kelanggengan (*amata*), Pernaungan Yang Aman (*khema*), Kedamaian (*santa*), Perlindungan (*Tana*), Kebahagiaan Tertinggi

(Paranam sukham), Penghancuran keinginan rendah (*tanhakkhaya*), Keabadian (dhura).

Nibbāna dicapai dalam dua tingkatan atau cara :

1. Mereka yang mencapai Nibbāna, dengan batin yang telah bebas, tapi karena jasmaninya masih ada, maka dia masih menjadi obyek penderi-taan jasmaniah. Ini disebut Nibbāna dengan sisa dasar. (*Saupādisesa nibbāna*).

2. Lalu setelah mereka mati, batin juga dibebaskan dari penderitaan jasmaniah dan seorang mencapai Nibbāna sempurna. Ini disebut sebagai Nibbana tanpa sisa dasar (*anupādisesa nibbāna*) atau sering pula

disebut sebagai Nibbāna Sempurna (*Parinibbāna*)

Tiga macam Pengertian Nibbana :

- 1) Kilesa Nibbāna.
- 2) Khandha Nibbāna.
- 3) Dhatu Nibbāna.

1). **Kilesa Nibbāna** Nibbana diartikan sebagai „Dukkha nirodha“, yaitu lenyapnya dukkha, yang juga diartikan sebagai lenyapnya penyebab dukkha, yaitu : Tanha. Tanha lenyap maka *Avijja*-pun lenyap. Seseorang yang telah melenyapkan semua kekotoran batin (terakhir yang dilenyapkan adalah *avijja*) disebut telah mencapai *kilesa Nibbāna*.

2). **Khandha Nibbāna** Semua *Khandha* (kelompok kehidupan) yaitu : Jasmani, Perasaan, Pencerapan, Bentuk-bentuk pikiran dan kesadaran terurai habis, sehingga tidak ada lagi yang menyebabkan kelahiran kembali. Bagai lampu yang telah kehabisan minyak dan sumbu, sehingga tidak dapat menyala lagi. Semua makhluk yang telah ,mencapai *kilesa nibbana* pasti mencapai *Khandha Nibbāna* pula. Para Arahat yang telah melenyapkan semua kekotoran batin (*kilesa Nibbāna*) bila meninggal dunia disebut Parinibbana. Parinibbana artinya adalah mereka yang telah mencapai Nibbāna ketika meninggal dunia. Nibbāna adalah keadaan batin yang bersih, Nibbāna bukan Alam. Jadi salah sekali bila Nibbāna dianggap sebagai alam yang indah dan menyenangkan.

3). **Dhatu Nibbāna** Setelah Sang Buddha *Parinibbana* atau *Khandha Nibbana*, maka jenazah beliau dikremasikan. Setelah pengkremasikan, banyak sisa fisik yang tak hangus dan hancur. Sisa-sisa fisik ini disebut relik atau Dhatu. Lenyapnya relik atau *dhatu* Sang buddha ini yang disebut sebagai “ *Dhatu Nibbāna* “

Nibbidā : Rasa benci.

Nicalunlinā : Hina.

Nidāna : 1). Sumber utama, 2). Asal mula, 3). Sebab.

Nidhāna : Tempat penyimpanan, perbendaharaan, gudang.

Nigantha/(skt.nirgrantha) : 1). Pertapa telanjang, 2). Kaum Jaina.

Nikāya : Rumah, kumpulan, koleksi.

Nimmanarati : Alam Surga para Dewa yang menikmati kesenangan istana-istana yang diciptakan mereka. Dewa di alam nimmanarati memiliki usia rata-rata 8.000 T.S. sehari semalam di alam Nimmanarati sama dengan 800 tahun di alam manusia.

Nimitta : 1). Gambaran batin, 2). Bayangan batin.

Dalam hal ini Nimitta merupakan bayangan atau gambaran yang muncul sebagai hasil dari pemusatan pikiran pada sebuah obyek.

Macam-macam nimitta

Seorang meditator memilih dan mendapatkan obyek meditasi yang sesuai dengan perangai (*carita*). Misalnya ia berperangai campuran (*Sabba carita*), maka obyek yang cocok baginya adalah tanah (*zat padat, pathavi*) yang berbentuk bola atau bulat, lalu mencari tempat yang sesuai. Ia duduk bersila atau biasa dengan rileks dan menempatkan obyek itu agak rendah dari sudut pandangan matanya dan kira-kira 1 meter sampai 1,5 meter didepannya.

Dengan keadaan seperti ini, ia mulai memandang bola tanah itu. Ia melihat bola tanah itu dengan jelas.

Sementara ia melihat bola tanah itu, ia mengucapkan kata tanah, bumi atau *pathavi* salam batinnya secara berulang kali, secara perlahan, tetapi mantap.

Pada tahap ini bola tanah yang ia perhatikan itu, disebut *Parikamma Nimitta* (bayangan, gambaran permulaan). Tahap ini bila dilihat pada tingkat Samadhi, maka ia berada pada tingkat *Patikamma Samadhi*. Selanjutnya ia tetap memperhatikan bola tanah tersebut sambil mengucapkan kata tanah, hingga pada suatu saat (setelah beberapa, menit, jam, dst) ia menutup matanya dan ia melihat bayangan bola tanah itu dalam batinnya.

Kemudian bila ia berpindah tempat tanpa bola tanah dan bermeditasi ditempat baru itu, lalu bayangan bola tanah itu tetap muncul atau dapat dilihat oleh mata batinnya atau dengan kata lain, kemana saja ia pergi dan bermeditasi, bola tanah itu akan tetap nampak dengan baik dalam mata batinnya. maka pada tahap ini, bayangan bola tanah dalam mata batinnya ini disebut *Uggha Nimitta* (Bayangan tercapai). Tahap ini bila dilihat pada tingkat Samadhi, maka ia berada pada tingkat Upacara Samadhi (meditasi tetangga). Disebut Meditasi Tetangga, sebab tingkat pencapaian ini telah sangat dekat dengan pada tingkat *Appana Samadhi* (Meditasi tercapai). Faktor-faktor *Jhana* sudah muncul, namun masih belum kuat dan mantap. Walaupun demikian, *Niravana* (rintangan batin) telah dapat ditekan dan diendapkan. selama pikiran terkonsentrasi pada tingkat Upacara Samadhi, *Niravana* tidak berdaya untuk berperan.

Berdasarkan pada *Uggaha Nimitta*, ia melanjutkan meditasinya. Bila ia sukses, maka bayangan bola tanah yang ada dalam mata batinnya akan nampak jelas sekali, bersih dari segala kekotoran tanah (Warna dan cacat bentuk) bagaikan cermin bersih, yaitu penampakan bayangan bola tanah yang ratusan kali lebih bersih dari pada bayangan pada *Uggaha Nimitta*. Pada tahap ini bayangan bola tanah itu disebut *Patibhāga Nimitta* (bayangan atau gambaran sebanding). Karena pada *Uggaha Nimitta*, kekotoran tanah atau warna dan cacat bentuk tidak nampak lagi, malahan ratusan kali lebih bersih. Pada tahap ini bila dilihat pada tingkat Samadhi, maka ia telah mencapai tingkat sangat dekat *Appana Samadhi* (meditasi tercapai). berdasarkan pada obyek ratusan kali bersih ini , ia memusatkan pikirannya hingga ia bersatu dengan obyeknya. Bila keadaan ini sangat kuat sekali, maka ia telah mencapai *Appana Samadhi*. Pencapaian *Appana Samadhi* disebut juga sebagai mencapai *jhana I*.

Pada *Appana Samadhi*, semua faktor *Jhana* sudah kuat sekali, sedangkan ketika ia mencapai Upacara Samadhi, faktor-faktor *Jhana* masih lemah. hal ini bagaikan bayi yang diberdirikan pada kakinya akan selalu jatuh, begitu pula dengan pikiran pada Upacara Samadhi hanya berlangsung sesaat pada obyek *Pathibhaga* (tercapai), lalu jatuh kedalam *Bhavanga*. yaitu kesadaran pasif. tetapi, bilamana pikiran telah bangkit dari

bhavana pada tingkat Appana Samadhi, yang sangat kuat sebab disertai oleh faktor-faktor Jhana, maka ia dapat tetap berada dalam keadaan Appana Samadhi ini selama sehari semalam, hal ini berlangsung dengan kesadaran yang bekerja penuh. Hal ini bukan seperti orang yang dalam keadaan *trans* (kemasukan).

Nipako : Berhati-hati.

Niraya-bhūmi : Alam neraka (*lihat huruf "T" pada judul Tiloka/triloka*).

Nirodha : 1). Penghentian, 2). Lenyapnya, 3). Padamnya, 4). Akhir dukkha.

Nissarana : 1). Merdeka, 2). Terbebas, 3). Perasaan tidak terikat.

Nivaranā : 1) Rintangan, 2). Penghalang.

Adalah rintangan atau kekotoran batin yang menghalangi pikiran untuk mencapai pemusatan pikiran. dengan demikian niravana menyebabkan pikiran kita kacau dan buyar sehingga seseorang tidak dapat bermeditasi dengan baik.

Bila *Palibhoda* merupakan gangguan fisik, maka niravana adalah gangguan yang muncul dalam batin.

Niravana lebih sulit dihindarkan atau diendapkan daripada Palibhoda, karena Niravana ini pada umumnya telah ada dalam batin seseorang.

A). Ada lima macam Rintangan (Niravana) :

1) **Kāmacchanda** : Nafsu keinginan atau kemelekatan pada obyek-obyek indera yang menyenangkan, seperti bentuk, suara, bau, rasa dan sentuhan. Hal ini dianggap sebagai salah satu belenggu juga yang mengikat seseorang pada samsara.

2) **Vyāpāda**: adalah rasa dengki atau sesuatu yang tidak disenangi, ingin menyakiti orang lain(kemauan jahat)

Suatu obyek yang diinginkan menimbulkan kemelekatan, sementara suatu obyek yang tidak menyenangkan menimbulkan keengganan.

3) **Thina-Middha** : suatu keadaan batin yang membeku, kemalasan, kelesuan, kelambanan.

4) **Uddhacca-Kukkucca** : adalah kegelisahan batin dan kekhawatiran pikiran. Ini adalah suatu keadaan batin yang dihubungkan dengan semua bentuk kesadaran yang tidak bermoral. Biasanya suatu kejahatan dilakukan dengan kesenangan atau kegelisahan.

5) **Vicikicchā** : adalah keragu-raguan , kebimbangan, ketidakpastian.

B). Cara mengatasi Niravana

Niravana dapat diatasi setelah seseorang dapat meusatkan pikirannya dengan baik, yaitu dengan munculnya faktor-faktor Jhana dan mencapai Jhana I. Hal ini dapat tercapai, karena ketika ia bermeditasi, Palibhoda dapat kita singkirkan dan Niravana dapat dikendalikannya, yang akhirnya faktor-faktor Jhana muncul hingga ia dapat mencapai jhana I yang dapat mengendapkan semua Niravana.

Niyama : Hukum alam.

Niyativada : Paham Takdir.

Nyana : Pengetahuan.

Nyanasamvara : Mengendalikan diri dengan pengetahuan.

KELOMPOK : O

Om : (berasal dari AUM) : sabda yang digunakan untuk mengawali mantra.

Seperti mantra enam suku kata : Om Mani Padme Hūm

Opapātika : Makhluk yang kelahirannya secara spontan.

Ottapa-Bala: Kekuatan dari rasa takut akan akibat dari perbuatan jahat serta keseimbangan batin (upekkha).

Ottapa : Perasaan takut.

yaitu takut akan akibat yang timbul dari perbuatan-perbuatan yang tidak baik.

Orambhagiya sanojana : Lima belenggu yang lebih besar lahir kembali secara spontan (opapatika)

KELOMPOK : P(1)

Pabbajitena : Yang telah mengundurkan diri dari dunia.

Padhana : Tentang usaha .

Pahātabba : Penghancuran.

Palibhoda : Gangguan Samatha Bhavana (*lihat huruf "S" pada Samatha Bhavana*).

Pāmojja : Rasa gembira.

Pāṇa : Bernapas.

Pana berarti kehidupan batin-jasmani mengenai keberadaan makhluk tertentu. Oleh karena itu semua makhluk hidup, termasuk hewan, dipandang sebagai Pana, tetapi tanaman tidak termasuk karena mereka tidak mempunyai pikiran/kesadaran. (Dalam tumbuh-tumbuhan tidak ada penyebaran rangsangan oleh syaraf. Syaraf tidak mereka miliki, seperti pusat syaraf)

Panatipata : Membunuh.

Pañcanivarana : 5 rintangan batin.

Pañcadvārāvajjana : Kesadaran pintu indria.

Yang fungsinya mengarahkan kesadaran menuju obyek, muncul dan lenyap.

Pañcaindriya : Lima kemampuan.

Pañca-bala : Lima kekuatan.

Pañca Niyāma : Lima hukum Alam/kosmis.

1. Utu Niyāma (Hukum Musim)

Hukum tertib "*physical inorganic*" misalnya : gejala timbulnya angin dan hujan yang mencakup pula tertib silih bergantinya musim-musim dan perubahan iklim yang disebabkan oleh angin, hujan, sifat-sifat panas ,sifat benda seperti gas, cair dan padat, kecepatan cahaya , terbentuk dan hancurnya tata surya dan sebagainya. Semua aspek fisika dari alam diatur oleh hukum ini.

2. Bija Niyāma (Hukum Biologis)

Hukum tertib yang mengatur tumbuh-tumbuhan dari benih/biji-bijian dan pertumbuhan tanam-tanaman, misalnya padi berasal dari tumbuh-nya benih padi, gula berasal dari batang tebu atau madu, adanya

keistimewaan daripada berbagai jenis buah-buahan, hukum genetika/ penurunan sifat dan sebagainya. Semua aspek Biologis makhluk hidup diatur oleh hukum ini.

3. Kamma Niyāma (Hukum Perbuatan)

Hukum tertib yang mengatur sebab akibat dari perbuatan, misalnya: perbuatan baik / membahagiakan dan perbuatan buruk terhadap pihak lain, menghasilkan pula akibat baik dan buruk yang sesuai.

4. Dhamma Niyāma (Fenomena alam)

Hukum tertib yang mengatur terjadinya sebab-sebab terjadinya keselarasan/persamaan dari satu gejala yang khas, misalnya: terjadinya keajaiban alam seperti bumi bergetar pada waktu seseorang Bodhisattva hendak mengakhiri hidupnya sebagai seorang calon Buddha, atau pada saat Ia akan terlahir untuk menjadi Buddha. Hukum gaya berat (gravitasi), daya listrik, gerakan gelombang dan sebagainya, termasuk hukum ini.

5. Citta Niyāma (Hukum psikologis)

Hukum tertib mengenai proses jalannya alam pikiran atau hukum alam batiniah, misalnya: proses kesadaran, timbul dan lenyapnya kesadaran, sifat-sifat kesadaran, kekuatan pikiran / batin (*Abhinna*), serta *fenomena ekstrasensorik* seperti Telepati, kewaskitaan (*Clairvoyance*), kemampuan untuk mengingat hal-hal yang telah lampau, kemampuan untuk mengetahui hal-hal yang akan terjadi dalam jangka pendek atau jauh, kemampuan membaca pikiran orang lain, dan semua gejala batiniah yang kini masih belum terpecahkan oleh ilmu pengetahuan modern termasuk dalam hukum terakhir ini.

Apapun yang terjadi di alam semesta ini bekerja sesuai dengan lima hukum alam tersebut diatas dan merupakan satu kesatuan yang tidak terpisahkan. Keberadaan hukum-hukum alam semesta bekerja sesuai dengan ada atau tidaknya kondisi-kondisi pendukung yang muncul. Hukum alam semesta bersifat Universal, hukum ini tidak pandang bulu, selama kondisi-kondisinya tepat maka hukum ini akan bekerja.

Pañcakkhandha: 1). Lima Kelompok Kehidupan, 2). Lima Kelompok Kegemaran.

Jika kita menganalisa, makhluk hidup khususnya manusia terdiri dari 2 bagian utama, yaitu:

1. Jasmani atau disebut *Rūpa*.

2. Batin atau disebut *Nama*.

Jasmani dan batin ini terdiri dari Lima Kelompok Kehidupan atau *Pancakkhandha* (Pali) atau *Panca Skandha* (Sanskerta) berasal dari kata "*panca*" dan "*khandha*". *Panca* berarti lima dan *khandha* berarti kelompok/kumpulan. Jadi *Pancakkhandha* berarti lima kelompok pembentuk kehidupan. Sang Buddha dalam **Satta Sutta; Radha Samyutta; Samyutta Nikaya 23.2 {S 3.189}** menjelaskan:

"Radha, napsu keinginan, kegemaran, atau kehausan apapun terhadap rupa, viññana, sañña, sankhāra, vedanā. Ketika sesuatu terperangkap di sana, terikat di sana, maka sesuatu itu disebut sebagai makhluk hidup."

Jadi, apa yang disebut sebagai makhluk hidup termasuk manusia, dalam pandangan Buddha Dhamma adalah hanya merupakan perpaduan dari *Pancakkhandha* yang saling bekerja sama secara erat satu sama yang lain. Tidak ditemukan suatu atma/atta atau roh yang kekal dan abadi.

Pañcakkhandha terdiri dari:

1. **Rūpa** = Badan jasmani, bentuk, tubuh.

2. **Viññana** = Kesadaran.

3. **Sañña** = Pencerapan.

4. **Sankhāra** = Pikiran, bentuk-bentuk mental

5. **Vedanā** = Perasaan.

Kelima Khandha ini dapat digolongkan menjadi 2 bagian, yaitu:

1). **Rupakkhandha**

Digolongkan sebagai *Rupa* (kaya) atau jasmani, sesuatu yang berbentuk dari ujung rambut sampai ujung kuku kaki berikut hal-hal lainnya yang ada dalam tubuh seperti jantung, paru-paru, ginjal, pernapasan, suara, suhu tubuh, dan sebagainya. Rupa atau jasmani ini juga merupakan perpaduan dari 5 unsur, yaitu: unsur padat (*pathavi dhatu*), unsur cair (*apo dhatu*), unsur api /panas (*tejo dhatu*), unsur angin/gerak (*vayo dhatu*), dan unsur udara/oksigen (*akasa dhatu*).

Juga termasuk dalam kelompok ini benda-benda dan hal-hal yang dapat kita hubungkan dengan kelima indera kita (mata, hidung, telinga, lidah dan badan) dengan obyek-sasarannya seperti bentuk-bentuk yang terlihat, suara, bebauan, perasaan lidah dan benda-benda yang dapat disentuh, dan juga pikiran, gagasan dan konsepsi yang berada dalam alam obyek pikiran (*dhammayatana*). dengan demikian dapat dikatakan bahwa bentuk-bentuk secara keseluruhan, baik yang berada di dalam badan kita maupun obyek sasarannya, tercakup dalam rupakhandha ini.

2). **Namakkhandha**

Viññana, Sañña, Sankhāra, Vedanā digolongkan sebagai Nama (*citta*) atau batin, sesuatu yang berada dalam jasmani dan tidak dapat dilihat. Di bawah ini merupakan penjelasan atas *Viññana, Sañña, Sankhāra, Vedanā* sekaligus proses batin secara berurutan yang terjadi ketika jasmani kita melakukan kontak dengan sesuatu.

Viññanakkhandha

Viññana berarti kesadaran atau juga disebut dengan *citta*. Keberadaannya dapat kita analisa ketika kita menyadari bahwa batin kita telah menangkap suatu rangsangan ketika anggota tubuh kita berhubungan dengan sesuatu, misalnya:

- terjadi kontak antara mata dengan suatu bentuk.
- terjadi kontak antara jasmani dengan sentuhan.
- terjadi kontak antara telinga dengan suara.
- terjadi kontak antara hidung dengan bau-bauan.
- terjadi kontak antara pikiran dengan situasi.
- terjadi kontak antara lidah dengan citarasa.

Misalnya, Kesadaran mata (*cakkhu-vinnana*) mempunyai mata sebagai dasar dan obyek sasarannya adalah benda-benda yang dapat dilihat. Kesadaran pikiran (*mano-vinnana*) mempunyai pikiran sebagai dasar dan ide

atau gambar-pikiran sebagai obyek. Dari kedua contoh tersebut diatas, dapat kita lihat bahwa kesadaran selalu dihubungkan dengan indera-indera kita.

Sebagaimana halnya perasaan, pencerapan dan kehendak, kesadaranpun terdiri atas enam jenis; yaitu yang berhubungan dengan keenam indria kita dan obyek sasarannya. "Kesadaran tidak dapat mengenal suatu obyek, ia hanya menyadari adanya suatu obyek. "Kalau mata kita mendapat kontak dengan warna biru misalnya, kesadaran mata kita bangkit dan kita sadar tentang adanya warna, tetapi kita belum mengenal apaapa. Tingkat Pencerapan-lah yang dapat mengenal warna itu sebagai warna biru. Kesadaran mata hanya berarti bahwa satu bentuk aatau benda telah terlihat. Tetapi, melihat belum berarti mengenalnya. Begitu juga halnya dengan kesadaran indera-indera yang lainnya.

Menurut Buddha Dhamma, tidak ada sesuatu zat yang kekal abadi yang dapat dianggap sebagai "aku", "jiwa" atau "ego" sebagai lawan dari badan jasmani, dan kesadaran (*vinmana*) janganlah sekali-kali dianggap sebagai "jiwa" yang kekal abadi sebagai lawan dari badan jasmani. hal ini sangat penting untuk dipahami, karena sejak jaman dahulu kala hingga kini masih saja terjadi kesalah-pahaman tentang hal ini.

Saññakkhandha

Sañña berarti pencerapan. Pencerapan ini terdiri dari enam jenis yang berhubungan dengan keenam indera kita seperti halnya Perasaan dan tercipta karena indera kita mengadakan kontak dengan dunia luar.

Pencerapan inilah yang mengenali Obyek, baik yang merupakan obyek fisik maupun obyek mental.

Sankhārakkhandha

Sankhāra berarti bentuk-bentuk pikiran. Semua kehendak kita yang baik maupun yang buruk, termasuk dalam kelompok ini. kehendak (*cetana*) adalah satu bentuk mental, kegiatan mental yang tugasnya adalah untuk mengarahkan pikiran kita ke perbuatan baik, buruk atau perbuatan netral. Sebagaimana halnya perasaan dan pencerapan, kehendak inipun terdiri dari enam jenis yang berhubungan dengan keenam indera kita dengan obyek sasaran masing-masing, baik benda-benda fisik maupun mental. Perasaan dan pencerapan bukan merupakan perbuatan kehendak. Mereka tak akan menimbulkan buah kamma.

Vedanākkhandha

Vedanā berarti perasaan. Keberadaannya dapat kita analisa ketika kita telah membanding-bandingkan rangsangan kemudian timbul perasaan senang (suka) atau tidak senang (tidak suka), bahagia maupun menderita, dan perasaan netral yang timbul karena adanya kontak dari indera kita dengan dunia luar. semua perasaan fisik dan mental termasuk dalam kelompok ini.

Secara singkat, proses batin yang terjadi ketika tubuh kita menerima rangsangan sebagai berikut:

Kesadaran => Pencerapan => Pikiran => Perasaan

(proses batin ini terjadi secara cepat)

Karena makhluk hidup khususnya manusia merupakan perpaduan dari berbagai unsur atau kelompok kehidupan (*khandha*), maka sesuai dengan hukum Tiga Corak Kehidupan (*Tilakkhana*), maka makhluk hidup apapun juga memiliki sifat tidak kekal (*anicca*), bukan diri sejati (*anatta*), dan dapat menimbulkan penderitaan (*dukkha*).

Pancadvaravajjana : Kesadaran pintu indera.

Fungsinya mengarahkan kesadaran menuju obyek, muncul dan lenyap.

Panca Sila : Lima peraturan kemoralan

Pancasila adalah Lima peraturan yang seyogyanya dilaksanakan dengan baik oleh umat Buddha yang melaksanakan hidup berumah tangga. Yaitu :

- **Menghindari pembunuhan** (*Pānātipātā veramani*).
- **Menghindari mengambil sesuatu yang bukan miliknya** (*Adinnādāna veramani*).
- **Menghindari perbuatan asusila.** (*Kāmesumicchacara veramani*).
- **Menghindari berkata bohong** (*Musāvāda veramani*).
- **Menghindari minuman yang menimbulkan lemahnya kewaspadaan** (*Suramerayamajjamadattana Veramani*).

Penjelasan :

SILA ke 1 : Pānātipātā veramani

Menghindari pembunuhan makhluk hidup

Obyek :

- Membunuh manusia dan binatang.
- Menyiksa manusia dan binatang.
- Menyakiti (jasmani) manusia dan binatang.

Kehendak :

- Direncanakan / disengaja/ dikehendaki.
- Tidak di kehendaki / mempertahankan diri / kecelakaan.
- Dorongan sesaat (mendadak).

Syarat terjadinya pembunuhan :

- Adanya makhluk hidup.
- Tahu bahwa makhluk itu hidup.
- Ada kehendak untuk membunuh.
- Ada usaha untuk membunuh.
- Makhluk itu mati sebagai hasil pembunuhan.

Catatan :

Penyiksaan terhadap binatang : Yaitu suatu perlakuan yang sadis / kejam terhadap binatang. *Misalnya :*

- Membiarkan binatang kelaparan.
- Mencambuk / memukul bagian tubuh binatang.
- Mengganggu / mengusik binatang yang tidak bersalah.
- Mengadu binatang untuk kesenangan.

- Menjadikan binatang sebagai umpan untuk menangkap binatang lainnya.

SILA ke 2 : Adinnādāna Veramani

Menghindari mengambil sesuatu yang bukan miliknya / mencuri.

Pencurian secara langsung :

- Mencuri, Merampas, Merampok, Mencopet, menipu, Menukar barang dan sejenisnya.
- Korupsi, manipulasi, penggelapan barang atau uang, Memalsu, menyeludupkan barang dan menghindari pajak/bea dan sejenisnya.
- Mengajukan gugatan palsu, berjudi/taruhan dan sebagainya.

Pencurian secara tidak langsung :

- Menjadi kakitangan atau tukang tadah
- Menerima suap (pungli) dan Perbuatan yang serupa dengan pencurian.

Syarat-syarat terjadinya pencurian :

- Adanya barang milik pihak pertama.
- Tahu bahwa barang itu milik pihak pertama.
- Ada kehendak untuk mencuri.
- Melakukan pencurian (pengambilan barang)
- Barang itu berpindah, sebagai hasil pencurian.

SILA ke 3 : Kāmesumicchacara Veramani

Menghindari perbuatan asusila

Objek :

Bagi seorang laki-laki :

- Wanita yang telah menikah.
 - Wanita yang masih dalam pengawasan atau asuhan keluarga.
 - Wanita yang dilarang menurut adat istiadat, peraturan agama, atau hukum Negara/kerajaan.
 - Yang dilarang karena adat istiadat adalah wanita yang masih dalam satu garis keturunan dekat.
 - Yang dilarang karena peraturan agama adalah wanita yang menjalankan kehidupan suci. (*Brahmacari*) .
- Dalam tradisi Theravada wanita disebut di atas adalah *Upasika Atthasila, Samaneri* dan *Bhikkhuni*.
- Yang dilarang karena hukum Negara/kerajaan adalah wanita yang menjadi selir raja.

Bagi seorang wanita :

- Laki-laki yang telah menikah.
- Laki-laki yang dilarang karena peraturan agama, misalnya : *Upasaka, Atthasila, Samanera* dan *Bhikkhu*.

Perbuatan :

- Berzinah (melakukan hubungan kelamin yang bukan suami/ isterinya)
- Berciuman dengan orang lain jenis kelamin yang disertai dengan hawa nafsu birahi .
- Menyenggol, mencolek, menyentuh, memegang dan sejenisnya yang disertai dengan hawa nafsu birahi.
- Perbuatan lain yang dapat memberikan peluang terjadinya pelanggaran.

Syarat-Syarat melanggar Sila ke tiga adalah :

- Ada obyek.
- Ada kehendak untuk melakukan.
- Ada usaha untuk melakukan.
- Berhasil melakukan.

SILA ke 4 : Musāvāda Veramani

Menghindari ucapan yang tidak benar.

Perbuatan :

- Berbohong, Menipu dan sejenisnya.
- Menghasut, memfitnah, menuduh dan sejenisnya.
- Berkata kasar atau memaki dan sejenisnya.
- Omong kosong, ucapan yang tidak ada gunanya dan sebagainya.

Syarat-syarat terjadinya Musavada :

- Ada hal yang tidak benar
- Ada kehendak untuk mengatakan.
- Ada usaha untuk mengucapkannya.
- Mengucapkan dan ada orang lain yang mendengar.

SILA ke 5 : Surameraya Majjapamadatthana Veramani

Menghindari segala minuman keras yang menyebabkan lemahnya kewaspadaan.

Perbuatan :

- Menyadari bahwa ada minuman yang dapat melemahkan kewaspadaan.
- Ada kehendak untuk meminumnya.
- Telah meminumnya.

Dhamma yang wajib di hindarkan oleh para upasaka-upasika (termasuk Pandita) yaitu: vanijja (5 macam perdagangan)

1. *Sattha Vanijja* : berdagang alat senjata
2. *Satta Vanijja* : Berdagang makhluk hidup
3. *Mamsa Vanijja* : Berdagang daging
4. *Majja Vanijja* : Berdagang minuman yang memabukkan
5. *Visa Vanijja* : Berdagang Racun

(*Anguttaranikaya III. 207*)

KELOMPOK : P(2)

Panca Dharma : adalah lima kesunyataan yang harus dilaksanakan oleh para siswa Sang Buddha Gotama, yang terdiri dari :

1) **Metta-Karuna :**

Adalah cinta kasih dan belas kasihan (welas asih) terhadap semua makhluk hidup. Kalau seseorang dapat melaksanakan *metta-karuna* dengan baik, maka ia akan dapat melaksanakan sila pertama dari Pancasila Buddhis dengan baik.

2) **Samma-Avijja :**

Adalah mata pencaharian benar, maksudnya adalah mencari penghidupan dengan cara yang baik, yaitu :

- Tidak mengakibatkan pembunuhan.
- Wajar dan halal (bukan karena mencuri, merampok , mencopet)
- Tidak berdasarkan penipuan.
- Tidak berdasarkan ilmu yang rendah, seperti meramal, perdukunan, tukang tenung dan lain- lain.

Kalau kita dapat melaksanakan dhamma kedua ini dengan baik, maka kita akan dapat melaksanakan sila yang kedua dari Pancasila Buddhis.

3) **Santutthi :**

Adalah puas dengan apa yang dimiliki. puas dalam hal ini adalah puas dalam hal hawa nafsu birahi. Kalau sudah beristeri, maka kita harus merasa puas beristerikan satu dan tidak berzinah dengan orang lain. Bagi yang belum punya isteri, harus puas dengan keadaan yang sekarang yang sedang dialami sampai nanti menjelang dewasa, sehingga dapat melaksanakan sila ketiga dari Pancasila Buddhis.

4) **Sacca :**

Adalah kebenaran atau kejujuran. Jujur disini berhubungan dengan pembicaraan seseorang terhadap orang lain yang disertai kehendak.

5) **Sati-Sampajanna :**

Adalah ingat dan waspada, kalau kita selalu ingat pada jenis-jenis makanan dan minuman yang dapat menimbulkan lemahnya kewaspadaan serta tidak akan terjerat oleh semua hal sejenisnya. Dengan selalu ingat dan waspada, kita tidak akan tergiur oleh lingkungan atau bujukan teman-teman kita untuk berbuat perbuatan salah, sehingga kita dapat melaksanakan sila kelima dari pancasila Buddhis.

Dari uraian diatas jelaslah bagi kita bahwa Pancasila dan *Pancadharmma* adalah dua hal yang saling berhubungan. Pancasila adalah penghindaran dari perbuatan yang tidak baik, sedang *Pancadharmma* adalah pelaksanaan dari perbuatan yang baik. Pancasila gunanya untuk pengendalian diri, sedang *Pancadharmma* adalah untuk mengembangkan perbuatan baik.

Pañña / (skt. Prajna) : 1). Kebijaksanaan luhur, 2). Pandangan terang.

Pañña merupakan kemampuan untuk membedakan sesuatu yang benar dan yang salah, yang sejati dan yang palsu, yang berguna dan yang tak berguna, yang merupakan penderitaan dan yang bukan penderitaan. gunanya adalah untuk mengusir kegelapan batin dan membebaskan diri dari penderitaan, dasarnya adalah kesadaran, pemusatan pikiran dan pengertian., untuk mengembangkan hal ini adalah dengan melaksanakan *Vipassanā bhavanā*.

Paññāvanta : Bijaksana.

Pañña sikkha : Latihan kebijaksanaan.

Terdiri dari Pandangan benar dan Pikiran benar, termasuk pengetahuan tentang *Tilakkhana* atau Tiga Corak Umum/Universal.

Pañña -vimutti : Kebebasan melalui kekuatan kebijaksanaan.

Yaitu Seseorang yang hanya mencapai kebebasan dari cengkeraman *kilesa* (kekotoran batin)saja tanpa mencapai hasil sampingan apapun.

Pañña -Bala: Kekuatan dari kebijaksanaan atau Pandangan Terang.

Pañña -Cakkhu : Mata kebijaksanaan.

Pannindriya : Unsur kebijaksanaan.

Papa : Hal buruk.

Papa-Desana : Pengakuan kesalahan.

Papakamma : Perbuatan-perbuatan jahat.

Papa Mitta : Sahabat yang tidak baik.

Adalah tipe sahabat yang menyukai kita, bukan karena siapa kita, tapi karena apa yang dapat diperolehnya dari kita

Para : Yang tertinggi.

Pāra : Diluar.

Pārājika: 1). Terkalahkan, 2). Pelanggaran peraturan yang berat.

Paramattha/(skt. Paramartha) : Kesunyataan/kebenaran mutlak (*lihat huruf "D" pada Dhamma*).

Ada empat hal yang disebut sebagai Kebenaran Mutlak, yaitu :

1. Kesadaran (Citta)
2. Faktor-faktor Mental (Cetasika)
3. Bentuk (Rupa)
4. Nibbana

Paramātma : Intisari dewa.

Paramattha Sacca / (skt. Paramartha Satya) : Kebenaran Mutlak (*lihat huruf "S"- Sacca*)

Paramā sakhā : Teman yang paling baik.

Pārami : Kesempurnaan.

Paramita/Parama : Menyatakan pada kesucian atau pelaksanaan yang mulia /agung.

Paranimmitavatti : Alam Surga Para Dewa yang menikmati ciptaan-ciptaan para dewa lain. Kehidupan para Dewa di alam ini bagaikan orang yang selalu diundang ke pesta besar, meriah dan mewah.

Parāyana : Tempat perlindungan yang tertinggi

Pariccaga : Melepas.

Parideva : 1). Keluhan, 2). Tangisan, 3). Ratapan.

Pariññeyya : Cermat.

Pārisuddhi : 1). Kesucian, 2). Kesempurnaan, 3). Bebas dari kejahatan.

Paracittavijānana : Kemampuan membaca pikiran orang lain.

Parichaya dana : Pemberian tenaga.

Yaitu memberikan bakat, keahlian dan waktu untuk bekerja secara suka-rela pada usaha-usaha kemanusiaan

Pariyesena : Pencarian.

Pariyāya : Tipu daya.

Pariggaha : Penguasaan.

Parikamma samadhi : Meditasi pendahuluan.

Meditasi pendahuluan dengan menggunakan salah satu dari 40 obyek meditasi yang sesuai dengan sifatnya (*carita*). selanjutnya ia akan mencapai *Upacara Samadhi* (tingkat pikiran mendekati konsentrasi), dan akhirnya ia mencapai.

Pariyatti-nana : 1). Kemampuan belajar, 2). Menghafal.

Parinamana : Penyerahan jasa-jasa .

Parinibbāna /(skt. **Parinirvāna**) : 1). Pembebasan sempurna, 2). Padam dengan sempurna, 3). Mangkatnya seorang Buddha atau Arahat.

Parittābhā : Alam yang kurang bercahaya.

Parittasubha : Alam para Brahma dengan sedikit cahaya.

Passaddhi : 1). Melemaskan otot-otot, 2). Pelepasan, 3). Relaxation, 4). Tenang dan relaks.

Passaddhi sambojjhanga : Penerangan sempurna ketentraman.

Patisandhi/(skt.**Pratisandhi**) : Tumibal lahir, kesadaran yang menyambung ke kehidupan baru.

Patisambhidā : Pengetahuan analisa.

Paṭhavi : Zat padat.

Paṭhavi-dhātu : Unsur tanah, unsur padat.

Pattānumodana : Bergembira atas jasa orang lain.

Paticca-samuppāda : Hukum sebab musabab yang saling bergantung.

Secara sederhana *Paticcasamuppada* yang juga merupakan hukum sebab akibat yang dapat dipahami dengan rumusan seperti di bawah ini:

1. Imasming Sati Idang Hoti

(Dengan adanya ini, maka terjadilah itu.)

2. Imassuppada Idang Uppajjati

(Dengan timbulnya ini, maka timbulah itu.)

3. Imasming Asati Idang Na Hoti

(Dengan tidak adanya ini, maka tidak adalah itu.)

4. Imassa Nirodha Idang Nirujjati.

(Dengan terhentinya ini, maka terhentilah juga itu.)

Dengan menganalisa rumusan atau prinsip yang saling menjadikan, relatifitas, dan saling bergantung ini, maka dapat ditemukan 12 sebab-musabab (*nidana*) yang ada dalam setiap makhluk khususnya manusia.

Keduabelas nidana itu yaitu:

1. Avijjā Paccayā Sankhārā

Dengan adanya Avijjā (ketidaktahuan/kebodohan), maka muncullah Sankhārā (bentuk-bentuk perbuatan/kamma).);

Artinya tidak mengetahui kebenaran dan hakekat sesungguhnya segala sesuatu. Hakekat sesungguhnya bahwa batin dan jasmani itu dicengkeram oleh *anicca*, *dukkha*, dan *anatta* yang timbul dan padam dengan sebab akibat yang saling bergantung. Artinya ia tidak mengetahui *paticcasamuppada*. *Avijja* itu ibarat orang buta. Ia bingung mau berjalan ke kiri, ke kanan, ke depan, atau ke belakang. Seperti orang buta yang disuruh memegang gajah. Ia yang memegang kuping gajah mengira "Oh, gajah itu lebar". Jadi bukan yang sebenarnya, yang benar menjadi salah, yang salah menjadi benar. Karena ketidaktahuannya, ia berjalan semaunya maka akhirnya mengkondisikan *sankhara*.

2. Sankhārā Paccayā Viññānang

Dengan adanya Sankhara (bentuk-bentuk perbuatan/kamma), maka muncullah Viññāna (kesadaran). ;

Diibaratkan dengan seseorang yang membuat pot. Ada pot yang sudah dibuat, ada yang masih utuh, ada juga yang pecah. Membuat pot itu ibarat melakukan sesuatu. Ada yang potnya sudah pecah artinya kammanya sudah berbuah dan ada pot yang belum pecah, sementara ia terus membuat pot terus menerus, karena masih *avijja*.

3. Viññāna Paccayā Nāma-Rūpang

Dengan adanya Vinnana (kesadaran), maka muncullah Nama-Rupa (batin dan jasmani).

Artinya : untuk melihat, mendengar, membaui, mengecap, mengalami sentuhan, ataupun menyadari sesuatu. Yang umum dibahas *vinnana* itu adalah *patisandhi vinnana*. Karena melakukan *nidana kedua*, maka mengkondisikan tumibal lahir. Mengkondisikan ini diibaratkan dengan seekor kera. Kera yang pindah dari pohon yang berdaun kering dan buahnya sudah tidak ada, ke pohon yang baru, yang daunnya masih hijau dan buahnya masih merah. Ini ibarat pohon yang baru tetapi bukan berarti *vinanna* itu pindah dari badan yang lama ke badan yang baru. Tumibal lahir ini mengkondisikan nama-rupa.

4. Nāma-Rūpa Paccayā Salāyatanaṅg

Dengan adanya Nama-Rupang (batin dan jasmani), maka muncullah Salayatana (enam indera).

Diibaratkan pria dan wanita. Anggaplah pria ini jasmani dan wanita itu batin dalam suatu perahu. Perahu ini terdiri dari batin dan jasmani. Kemudian batin dan jasmani ini mengkondisikan salayatana.

5. Salāyatana Paccayā Phasso

Dengan adanya Salayatana (enam indera), maka muncullah Phassa (kesan-kesan).

Diumpamakan dengan sebuah rumah dengan 5 jendela dan satu pintu. Lima landasan adalah fisik dan satu

lagi batin. Karena ada 6 landasan indera ini maka mengkondisikan phassa.

6. Phassa Paccayā Vedanā

Dengan adanya Passa (kesan-kesan), maka muncullah Vedana (perasaan).

Ibarat wanita dan pria yang mengadakan kontak, maka muncullah perasaan, mengkondisikan vedana.

7. Vedanā Paccayā Tanhā

Dengan adanya Vedana (perasaan), maka muncullah Tanha (keinginan/kehausan)

yang muncul dari kontak telinga, hidung, lidah, sentuhan jasmani dan batin, sehingga muncullah tanha.

8. Tanhā Paccayā Upādānang

Dengan adanya Tanha (keinginan/kehausan), maka muncullah Upadana (kemelekatan).

Ibarat orang yang sedang minum minuman keras, akibatnya mabuk. Nafsu keinginan ini bisa menimbulkan upadana.

9. Upādāna Paccayā Bhavo

Dengan adanya Upadana (kemelekatan), maka muncullah Bhava (proses tumibal lahir).

Ibarat orang yang sedang mengambil buah. Buah terus diambil walaupun keranjangnya sudah penuh, terus saja mengambil. Karena melekat itulah menimbulkan dorongan melakukan sesuatu, sehingga menimbulkan bhava.

10. Bhava Paccayā Jāti

Dengan adanya Bhava (proses tumibal lahir), maka muncullah Jati (kelahiran kembali).

11. Jāti Paccayā Jarāmaranang

Dengan adanya Jati (kelahiran kembali), maka muncullah Jaramaranang (kelapukan, kematian, keluhan, sakit, dan sebagainya).

12. Jara Marana

Kelapukan/ketuaan, kematian, keluhan-kesah, ratap tangis, penyakit, dan sebagainya merupakan akibat dari adanya kelahiran kembali karenanya berarti dukkha.

Kemudian dalam **Paticca-samuppada-vibhanga Sutta; Samyutta Nikaya 12.2**, juga dijelaskan dengan terhentinya dan tidak munculnya salah satu penyebab yaitu *Avijja* (ketidaktahuan/kebodohan), maka terhenti dan tidak muncul pula sebab-musabab yang mengikutinya. Dengan terhentinya *Avijja* maka tidak akan muncul *Sankhara, Vinnana, Nama-Rupa, Salayatana, Phassa, Vedana, Tanha, Upadana, Bhava, Jati*, dan *Jaramaranang*.

Dalam kehidupan sehari-hari kita, yaitu dalam diri kita sendiri, kita dapat menemukan dan menganalisa sebagian dari Hukum *Paticcasamuppada*. Sebagai contoh, diuraikan dibawah ini.

Kita dilahirkan di dunia ini dengan memiliki jasmani dan batin/pikiran. Dengan menganalisa kita dapat memahami bahwa kita memiliki tubuh yang bermateri yang sifatnya adalah kasatmata. Kita memiliki kepala, tubuh, kedua tangan dan kaki dan lain sebagainya. Kemudian kita menganalisa bahwa kita dapat berpikir, memiliki kehendak, maka dengan demikian itu berarti kita memiliki batin atau pikiran yang sifatnya tidak kasatmata. Pada tahap ini, kita telah menganalisa tentang keberadaan *nidana no.4* mengenai keberadaan *Nama-Rupa* (jasmani dan batin).

Kemudian dengan adanya jasmani dan batin pada umumnya kita memiliki indera antara lain, indera penglihatan (mata), indera pendengaran (telinga), indera pengecap (lidah), indera penciuman (hidung), indera peraba/sentuhan (kulit) dan indera pikiran. Dengan indera-indera ini kita dapat melihat bentuk dan warna, mendengar suara, merasakan rasa, merasakan aroma/bau, merasakan tekstur, lembut dan kasar. Pada tahap ini, kita telah menganalisa tentang keberadaan *nidana no.5* mengenai keberadaan *Salayatana* (6 indera).

Dengan memiliki indera, kita dapat mengalami berbagai kesan-kesan. Kita bisa melihat bentuk dan warna yang memberi kesan indah atau buruk, suara yang merdu atau sumbang, rasa yang lezat atau tidak, aroma yang harum atau bau busuk, merasakan kelembutan atau kekasaran. Pada tahap ini, kita telah menganalisa tentang keberadaan *nidana no.6* mengenai keberadaan *Phassa* (kesan-kesan).

Setelah kita memiliki kesan-kesan terhadap sesuatu melalui indera kita, kemudian kita mulai merasakan dan memisahkan mana yang menyenangkan dan tidak menyenangkan. Kita merasa senang dengan bentuk dan warna yang indah dan menolak bentuk-bentuk yang tidak sesuai dengan keinginan kita. Kita merasa senang dengan suara-suara yang merdu dan nyaman di telinga kita dan menolak suara yang tidak merdu, kita merasa senang dengan rasa yang nikmat, aroma yang harum dan merasa tidak senang dengan rasa yang tidak enak dan aroma yang berbau busuk. Pada tahap ini, kita telah menganalisa tentang keberadaan *nidana no.7* mengenai keberadaan *Vedana* (perasaan).

Ketika perasaan, baik perasaan yang menyenangkan ataupun perasaan yang tidak menyenangkan telah muncul, bagi kita yang belum sadar, kita terlena dengan perasaan-perasaan tersebut. Kita terlena pada perasaan yang menyenangkan sehingga kita menginginkan terus sesuatu yang membuat perasaan senang tersebut muncul. Inilah *nidana no.8* yaitu *Tanha* (keinginan/kehausan).

Keinginan kita untuk terus menerus memiliki, menikmati, memeluk erat, tidak ingin kehilangan, tidak ingin berpisah atau berjauhan dari sesuatu yang membuat perasaan kita senang, membuat diri kita tidak bisa melepaskannya, tidak merelakan jika sesuatu itu harus hilang, pergi, menjauh dari diri kita. Inilah *nidana no.9* yaitu *Upadana* (kemelekatan).

Dengan munculnya kemelekatan pada pikiran kita, maka kita tidak bisa terlepas dari *Bhava* (proses kelahiran kembali). Hal ini dapat digambarkan sebagai seseorang yang kembali lagi dan lagi ke sebuah restoran yang menyajikan makanan kesukaannya. Hanya dengan menghentikan kemelekatan akan hidup dan kehidupan maka kita dapat menghentikan proses kelahiran kembali.

Pātimokkha /(skt. **pratimoksa**) : 227 tata-tertib untuk seorang Bhikkhu.

Pātimokkhasamvara : Mengendalikan diri dengan mentaati peraturan /disiplin.

Patiloma : Urutan mundur.

Patigha : 1). Kemarahan, 2). Ketidasesenangan.

Patighasanna : Pencerapan tentang ketidaksenangan.

Patipada : Praktek.

Patipadanadassana Visuddhi : Kesucian pengetahuan dan penglihatan tentang praktik (*lihat huruf "V" pada "Visuddhi Magga*).

Paṭisandhi : Tumimbal lahir (*lihat huruf "P" pada Punabbhava*).

Paṭisandhi viññāṇa / Patisandhi-citta : Kesadaran tumimbal lahir.

Patisotagami : Bergerak menentang arus.

Pativedha : 1). Menembus, 2). Pengertian yang mendalam.

Pattidāna : Pelimpahan jasa.

Payoga : Usaha.

Peta-yoni/(skt.pretayoni) : Alam Roh Lapar , Alam setan.

Adalah alam makhluk yang batinnya senantiasa tersiksa oleh kerinduan, keinginan dan perasaan frustrasi karena tidak mendapatkan yang diinginkan, mereka senantiasa mengembara mencoba memuaskan lapar.

Peta/(skt.preta): Makhluk-makhluk yang telah meninggal dan tanpa kebahagiaan samasekali, setan atau hantu. (*lihat huruf " T " pada Tiloka / Triloka*).

Pharusāvāca : Bicara kasar.

Phassa : 1). Kontak, 2). Kesan, 3). Sentuhan.

Phassa (kontak); yaitu kemampuan untuk menyentuh atau menekan Obyek yang menyenangkan atau yang tidak menyenangkan. Ibarat wanita dan pria yang mengadakan kontak, maka muncullah perasaan, mengkondisikan *vedana*.(perasaan), terdiri dari kesan mata, kesan telinga, kesan lidah, kesan hidung, kesan sentuhan dan kesan batin.

Phassahara : Kesan sebagai " makanan" untuk perasaan.

Pindapāta : Mengumpulkan dana makanan.

Pisunavācā : Memfitnah.

Piti : 1). Kegiuran, 2). Kenikmatan, 3). Kegembiraan.

Sifat yang bertentangan dengan batin yang pesimistis, murung dan sedih, merupakan kegiuran atau kegembiraan dari pikiran yang telah terlepas dari keruwetannya.

Piti sambojjhanga : Penerangan sempurna gairah.

Ponobbhavika/(skt.paunarbhavika): kelahiran yang berulang-kali, menuntun ke kelahiran kembali.

Pūja :1). Penghormatan, 2). Persembahan.

Puggala / (skt. Pudgala) : 1). Perorangan,2). Individu.

Puggala pannatti : Penggolongan individu.

Puggala vimutti-nana : Kemampuan untuk mengingat orang-orang tertentu.

Pubbenivasanussati nana : Kemampuan untuk mengingat kehidupan yang lampau.

Pubbekatahetu : Perbuatan masa lalu.

Punyanumodana : Kegembiraan dalam mengusahakan jasa-jasa.

Purisa sila samacara : Laku sila manusia.

KELOMPOK : P(3)

Punabbhava/(skt.Punarbhava) : Tumimbal lahir , kelahiran kembali , rebirth.

Secara harafiah, *Punabbhava* berarti proses menjadi ada-lagi atau tumimbal lahir. Proses Tumimbal lahir terjadi pada semua makhluk hidup yang belum mencapai Penerangan Sempurna dan ketika mereka telah meninggal/mati , ia akan ber-proses menjadi ada-kembali di kehidupan mendatang ,dimana proses ini merupakan akibat atau hasil dari *kamma* (perbuatan)nya pada kehidupan lampau, yang kemudian menghasilkan kemelekatan kepada segala sesuatu termasuk kemelekatan pada hidup dan kehidupan. Jadi makhluk hidup apapun yang mengalami proses Tumimbal lahir (*punabbhava*), merupakan makhluk yang masih memiliki kemelekatan pada sesuatu dalam kehidupan sebelumnya.

Dan seperti yang diuraikan dalam Hukum *Patikkasamuppada* kemelekatan timbul karena adanya **Tanha** (Keinginan/Kehausan) dan juga **Avijja** (Ketidaktahuan/Kebodohan). Karena **Avijja** (Ketidaktahuan /Kebodohan) seseorang menyadari atau tidak menyadarinya, tetap terus mengumbar keinginan/kehausannya terhadap segala sesuatu sehingga timbul kemelekatan pada dirinya terhadap segala sesuatu.

Proses Kelahiran Kembali

Dalam proses kelahiran kembali atau *rebirth* (bahasa Inggris), tidak terjadi suatu perpindahan roh/jiwa/kesadaran ke dalam jasmani yang baru. Yang terjadi dalam proses kelahiran kembali adalah adanya proses berkesinambungan dari kesadaran (*citta*) pada kehidupan lampau dengan kesadaran (*citta*) kehidupan baru yang merupakan suatu aksi-reaksi. Oleh karena itu proses kelahiran kembali sangatlah berhubungan dengan proses kematian itu sendiri. Dan kedua proses yang berhubungan dengan batin ini sangatlah kompleks.

Guru Buddha menjelaskan dalam **Satta Sutta; Radha Samyutta; Samyutta Nikaya 23.2 {S 3.189}** bahwa makhluk hidup pada umumnya dan manusia pada khususnya merupakan perpaduan dari lima kelompok (*Panca Khandha*), yang kelimanya dikelompokkan menjadi dua bagian. Pertama yaitu jasmani atau fisik dan yang kedua adalah batin. Baik fisik maupun batin ini tidak terlepas dari hukum perubahan, suatu saat muncul dan saat kemudian mengalami pemadaman/mati. Batin sendiri terdiri dari perasaan, pencerapan, bentukbentuk pikiran, dan kesadaran. Unsur-unsur batin ini disebut dalam bahasa Pali sebagai *Citta*. *Citta* juga sering disebut dengan kesadaran. *Citta*/kesadaran ini mengalami kemunculan, pemisahan dan pemadaman/mati.

Pada saat seseorang mengalami kematian, jasmani tidak lagi bisa berfungsi untuk mendukung *citta*/kesadaran. *Citta*/kesadarannya pun akan mengalami pemadaman/kematian dan secara otomatis ia meneruskan kesan apapun yang tertanam padanya kepada *Citta* /kesadaran penerusnya yang tidak lain merupakan *Citta*/kesadaran pada kehidupan yang baru. Penerusan Kesadaran (*Patisandhi Vinnaṇa*) ini terjadi dengan adanya peran dari *Kamma* yang pernah dilakukan.

Ketika jasmani mengalami kematian, dalam pikiran orang yang sekarat muncul kesadaran yang bernama Kesadaran Ajal (*Cuti Citta*). Ketika Kesadaran Ajal mengalami pemadaman juga, maka orang tersebut dikatakan sudah meninggal. Tetapi pada saat yang bersamaan pula (tanpa selang/jeda waktu) *Citta*/kesadaran kehidupan baru muncul. Dan saat itulah seseorang telah dilahirkan kembali, sudah berada dalam kandungan dengan jasmani yang baru berupa janin. Keseluruhan proses ini terjadi dalam waktu yang singkat.

Perumpamaan Lilin

Proses kelahiran kembali dimana tidak adanya peristiwa perpindahan jiwa/roh dapat diperumpamakan seperti sebuah api lilin. Ketika kita melihat sebuah api yang menyala pada sebuah lilin nampak apinya sama saja walaupun telah satu jam telah berlalu. Tidak tampak adanya api dari lilin lain yang menggantikannya. Yang jelas tampak oleh kita adalah memendeknya ukuran lilin tersebut. Tetapi apakah ini berarti api yang menyala tersebut merupakan api yang sama dengan api yang kita lihat satu jam yang lalu? Jawabannya adalah tidak sama.

Jika kita perhatikan secara seksama, api pada lilin tidak akan hidup tanpa adanya unsur-unsur pendukung seperti batang lilin, sumbu, dan udara (*oksigen*). Api yang menyala tersebut ternyata merupakan api yang berbeda karena tiap saat disokong oleh bagian dari batang lilin, sumbu dan molekul-molekul udara yang berbeda. Meskipun disokong oleh unsur-unsur yang berbeda, tetapi api tersebut tetap menyala tanpa perlu padam kemudian menyala lagi. Dengan kata lain adanya proses yang berkesinambungan.

Api disini tidak lain adalah kesadaran, batang lilin dan sumbu adalah jasmani, dan udara adalah kamma. Jasmani dan kamma adalah penyokong keberlangsungan kesadaran.

Tiga Kondisi Terjadinya Kelahiran

Dalam *Mahatanhasankhaya Sutta; Majjhima Nikaya 38*, Guru Buddha menjelaskan:

"Para bhikkhu, embrio (dalam kandungan) terjadi karena penggabungan tiga hal, yaitu: adanya pertemuan ayah dan ibu, tetapi ibu tidak ada makhluk yang siap terlahir (kembali), dalam hal ini tidak ada pembuahan dalam kandungan; ada pertemuan ayah dan ibu, ibu dalam keadaan masa subur, tetapi tidak ada makhluk yang siap untuk terlahir (kembali), dalam hal ini tidak ada pembuahan dalam kandungan; tetapi ada pertemuan ayah dan ibu, ibu dalam keadaan masa subur dan ada makhluk yang siap terlahir (kembali), maka terjadi pembuahan karena pertemuan tiga hal itu."

Jadi ada tiga kondisi yang harus dipenuhi sehingga terjadi suatu kelahiran, khususnya pada kelahiran manusia, yaitu: adanya sepasang (calon) orang tua yang subur, adanya hubungan seksual dari sepasang (calon) orang tua, dan adanya makhluk yang siap untuk terlahir (*gandhabba*). Istilah „*gandhabba*“ berarti „datang dari tempat lain“, mengacu pada suatu arus energi batin yang terdiri dari kecenderungankecenderungan, kemampuan-kemampuan dan ciri-ciri karakteristik yang diteruskan dari jasmani yang telah mati.

Ketika jasmani mati, `batin bergerak ke atas` (*uddhamgami*) dan mengembangkan diri lagi pada sel telur (calon) ibu yang baru saja dibuahi. Janin tumbuh, lahir dan berkembang sebagai pribadi baru, dengan diprasyarati, baik oleh karakteristik batin yang terbawa (dari kehidupan lampau) juga oleh lingkungan barunya. Kepribadiannya akan berubah dan bermodifikasi oleh usaha kesadaran, pendidikan, pengaruh orang tua dan lingkungan sosial. Watak menyukai atau tidak menyukai, bakat kemampuan dan sebagainya, yang dikenal sebagai "sifat bawaan" dari setiap individu sebenarnya adalah terbawa dari kehidupan sebelumnya. Dengan kata lain, watak serta apa yang dialami pada kehidupan kita saat sekarang, pada tingkat-tingkat tertentu adalah hasil (*vipaka*) dari perbuatan (*kamma*) kehidupan lampau. Perbuatan-perbuatan kita selama hidup, demikian pula, akan menentukan di alam kehidupan mana kita akan dilahirkan.

Empat Cara Kelahiran

Ada empat cara kelahiran makhluk hidup yang telah dijelaskan oleh Guru Buddha di dalam *Mahasihanda Sutta; Majjhima Nikaya 12*.

"Sariputta, ada empat cara kelahiran. Apakah empat cara kelahiran itu? Kelahiran melalui telur (*andaja yoni*), kandungan (*jalabuja yoni*), tempat lembab (*samsedaja yoni*) dan kelahiran secara spontan (*opapātika*).

Apakah kelahiran melalui telur? Ada makhluk-makhluk yang lahir dengan memecahkan kulit telur; ini yang disebut kelahiran melalui telur.

Apakah kelahiran melalui kandungan? Ada makhluk-makhluk yang lahir melalui kandungan; ini yang disebut kelahiran melalui kandungan.

Apakah kelahiran pada tempat lembab? Ada makhluk-makhluk yang lahir dalam ikan yang membusuk, mayat yang membusuk, adonan yang membusuk, atau dalam jamban atau dalam saluran air kotor; ini yang disebut kelahiran pada tempat lembab. Apakah kelahiran secara spontan? Ada dewa-dewa dan penghuni-penghuni neraka dan makhluk manusia tertentu dan para penghuni tertentu dari alam yang tidak menyenangkan, yang lahir (muncul) secara spontan; ini yang disebut kelahiran secara spontan. Inilah empat cara kelahiran."

Alam Kehidupan (*bhumi 31*)

Setiap makhluk yang dilahirkan kembali akan terlahir di salah satu dari 31 alam kehidupan sesuai dengan kammanya. Mereka yang cenderung banyak melakukan kamma buruk pada umumnya akan terlahir di alamalam rendah atau alam penderitaan. Sedangkan mereka yang cenderung banyak melakukan kamma baik pada umumnya akan terlahir di alam-alam tinggi atau alam bahagia.

Secara garis besar 31 alam kehidupan dibagi menjadi lima bagian yaitu: terdapat empat alam kemerosotan (*apayabhumi*), satu alam manusia (*manussabhumi*), enam alam dewa (*devabhumi*), enam belas alam brahma berbentuk (*rūpabhūmi*), dan empat alam brahma tanpa bentuk (*arūpabhūmi*).

Apaya-bhūmi yang terbentuk dari tiga kosakata, yaitu „*apa*“ yang berarti „tanpa, tidak ada“, „*aya*“ yang berarti „kebajikan“, dan „*bhumi*“ yang berarti „alam tempat tinggal makhluk hidup“. Alam ini juga sering disebut dengan „*duggatibhumi*“. „*Duggati*“ terbentuk dari dua kosakata, yaitu „*du*“ yang berarti „jahat, buruk,

sengsara“, dan „*gati*“ yang berarti `alam tujuan bagi suatu makhluk yang akan dilahirkan kembali“.

Apayabhumi adalah suatu alam kehidupan yang tidak begitu ada kesempatan untuk berbuat kebajikan.

Apayabhumi terdiri dari empat alam, yaitu: alam neraka (*Niraya*), alam binatang (*Tiracchana*), alam setan (*Peta*), alam iblis (*Asurakaya*). Karena tidak semua binatang hidup dalam kesengsaraan, alam ini tercakup dalam *duggatibhumi* secara tidak menyeluruh dan langsung.

Manussa-bhūmi terbentuk dari dua kosakata, yaitu „*manussa*“ dan „*bhumi*“. „*Manussa*“ terdiri dari dua kosa kata yaitu „*mano*“ yang berarti „pikiran, batin“ dan „*ussa*“ yang berarti „tinggi, luhur, meningkat, berkembang.“ Jadi manussa-bhumi yang berarti alam tempat tinggal manusia.

Deva-bhumi disebut juga alam surga. Alam ini merupakan alam dimana makhluk penghuninya hidup dalam kenikmatan inderawi. Tapi meskipun disebut sebagai alam surga, para makhluk yang hidup di alam ini yaitu dewa dan dewi juga hidup dan ketidakekalan. Alam surga terbagi menjadi enam alam, yaitu:

Catumaharajika, Tavatimsa, Yama, Tusita, Nimmanarati, dan Paranimitavasavatti.

Rūpa-bhumi merupakan alam tempat kelahiran jasmaniah serta batiniyah para brahma berbentuk. Yang dimaksud dengan brahma ialah makhluk hidup yang memiliki kebajikan khusus yaitu berhasil mencapai pencerapan *Jhana* (pemusatan pikiran yang kuat dalam memegang obyek) yang luhur. Alam brahma terdiri dari 16 alam, yaitu: tiga alam bagi peraih *Jhana* pertama (*Pathama*), tiga alam bagi peraih *Jhana* kedua (*Dutiya*), tiga alam bagi peraih *Jhana* ketiga (*Tatiya*), dua alam bagi peraih *Jhana* keempat (*Catuttha*), dan lima alam *Suddhavasa*. Alam *Suddhavasa* merupakan alam kehidupan bagi mereka yang telah terbebas dari napsu birahi (*kamaraga*) dan sebagainya, yaitu para *Anagami* (tingkat kesucian ketiga) yang berhasil meraih pencerapan *Jhana* kelima.

Arūpabhumi merupakan suatu alam tempat kelahiran batiniyah para brahma tanpa bentuk. Meskipun disebut sebagai suatu alam yang mengacu pada tempat atau bentuk, namun di sini sesungguhnya sama sekali tidak terdapat unsur jasmaniah/fisik sehalus apa pun dan dalam wujud apapun. Kelahiran di alam brama tanpa bentuk ini terjadi karena pengembangan perenungan yang kuat terhadap unsur jasmaniah yang menjijikkan sehingga tidak menginginkannya.

Menghentikan Kelahiran Kembali

Setelah mencapai Pencerahan Agung, Guru Buddha memekikkan pekik kemenangan, ”**Dengan melalui banyak kelahiran Aku telah mengembara dalam *samsara* (siklus kehidupan). Terus mencari, namun tak kutemukan pembuat rumah ini. Sungguh menyakitkan kelahiran yang berulang-ulang ini.**”

”**O pembuat rumah, engkau telah kulihat, engkau tak dapat membangun rumah lagi. Seluruh atapmu telah runtuh dan tiang belandarmu telah patah. Sekarang batinku telah mencapai Keadaan Tak Berkondisi (*nibbana*). Pencapaian ini merupakan akhir daripada napsu keinginan.**”

(*Dhammapada 153-154*)

Bagi mereka yang telah sadar, mencapai Pencerahan Agung dan merealisasikan Kebenaran Tertinggi, kelahiran kembali merupakan suatu proses yang melelahkan dan menyakitkan seperti yang diucapkan oleh Guru Buddha dalam pekik kemenangan tersebut. Oleh karena itu bagi mereka yang telah sadar, mereka akan berusaha melepaskan diri dari proses kelahiran kembali. Dan bagi mereka yang telah mencapai Pencerahan Agung dan merealisasikan Kebenaran Tertinggi (*Nibbana*), tidak akan lagi mengalami kelahiran kembali. Sesuai dengan rumusan Hukum Sebab-Musabab Yang Saling Bergantungan (*Paticcasamuppada*), yang menyatakan bahwa: Dengan adanya ini, maka terjadilah itu, dengan tidak adanya ini, maka tidak adalah itu (*”Imasming Sati Idang Hoti, Imasming Asati Idang Na Hoti”*), maka untuk menghentikan proses menjadi (kelahiran kembali) perlu meniadakan atau melenyapkan penyebab dari proses menjadi tersebut. Penyebab dari proses menjadi tersebut tidak lain adalah *Tanha* (Keinginan/Kehausan) dan *Avijja* (Ketidaktahuan/Kebodohan) yang ada pada diri seseorang.

Jalan atau cara melenyapkan *tanha* (Keinginan/Kehausan) dan *avijja* (ketidaktahuan/kebodohan) adalah dengan melaksanakan *sila* (kemoralan), *samadhi* (konsentrasi), dan *panna* (kebijaksanaan) yang terdapat dalam Jalan Mulia Berunsur Delapan (*Ariya Atthangiko Magga*). Dengan menjalankan Jalan Mulia Berunsur Delapan secara sempurna, seseorang bukan hanya nantinya terbebas dari kelahiran kembali, tetapi juga dapat merealisasikan Kebenaran Tertinggi (*Nibbana*).

Punnakiriya vatthu : Landasan perbuatan berjasa.

ada 3 macam, yaitu:

- **Danamaya** : Jasa yang di peroleh dengan memberikan dana.
- **ilamaya** : Jasa yang di peroleh dengan mempertahankan kelakuan bermoral
- **Bhavanamaya** : Jasa yang diperoleh dengan mengembangkan bhavana /meditasi

(*Anguttaranikaya IV. 241*)

Puthujjana/(skt.prthagjana) : Orang awam.

Pragnapti : Semua tentang kebenaran konvensional.

KELOMPOK : R

Rāga : 1).Nafsu indria, 2). Nafsu birahi.

Rāgakkhaya : Padamnya hawa nafsu.

Ratana/(skt.Tatna) : Mustika, permata.

Ratanattaya : Tiga mustika : Buddha, Dhamma, Sangha.

Rūpa : 1). Badan jasmani, 2). Bentuk, 3). Materi.

Rūpa-bhava : 1). Proses-perwujudan jasmani , 2). Alam yang berbentuk.

Rūpaloka : Alam bentuk .

Terdiri dari 16 alam dibagi sesuai dengan tingkat *jhana* yang dicapai (*Lihat huruf “T” pada “Tiloka”*).

Rupa-khanda : Kegemaran terhadap bentuk (*Lihat huruf “P” : Panca Khandha*)

Rupapayang : Benda sebagai perantara.

Ruparammanang : Benda sebagai Obyek.

Rupapatitthang : Benda sebagai pembantu.

Rupi : Berbentuk.

KELOMPOK : (S 1)

Sabbe : Mahluk.

Sabbe satta : Semua makhluk.

Sabbe deva : Mahluk surga, dewa.

Sabbe bhuta : Mahluk halus.

Sabbe satta sabba dukkha : Semoga semua makhluk terbebas beban /penderitaan.

Sabbe satta bhavantu sukhitatta : Semoga semua makhluk berbahagia.

Sabbannuta-Nana: Kemampuan untuk mengetahui semuanya.

Sabbaññū/(skt.Sarvajña) : Maha Tahu, tahu semua.

Sang Buddha juga digelar Maha Tahu karena semua hal diketahuinya, namun pengertian kemaha tahuhan Sang Buddha bukan berarti Beliau mengetahui segala hal dalam satu saat, melainkan Beliau hanya mengetahui satu hal pada satu saat. Karena pada setiap saat hanya ada satu kesadaran (*citta*) yang muncul. Semua hal Beliau ketahui dalam pengertian bahwa semua itu secara saru per satu akan beliau ketahui.

Dalam pengertian *Sabbannu* ; juga termasuk pengetahuan Sang Buddha tentang asal-usul bumi, manusia yang mula-mula ada di bumi, adanya banyak bumi dan matahari di alam semesta" adanya manusia lain di bumi-bumi yang lain itu, karena manusia bukan hanya berada di bumi kita ini saja; bagaimana bumi kita hancur lebur dan lain-lainnya.

Sacca / (skt.Satya) : Kebenaran.

Dapat didefinisikan sebagai pernyataan atau pengejawantahan-realisisasi, yang berhubungan dengan kenyataan. Ada 2 jenis kebenaran yaitu ;

1. Paramattha-sacca : adalah Kebenaran apa adanya , Absolute, mutlak .

Kebenaran haruslah bersifat universal, Sebagai contoh, api adalah panas dan air adalah basah; mereka sudah begitu sebelumnya, begitu juga sekarang, dan akan begitu pula nantinya; ini tidak dapat disangkal atau dibantah.

Tidak terikat oleh waktu, baik waktu dulu, sekarang dan waktu yang akan datang, kebenaran ini tetap ada dan tidak berubah ataupun berbeda. Tidak terikat oleh tempat, baik di suatu tempat atau di tempat lain, di Indonesia atau di planet Mars, kebenaran ini ada dan tidak berubah ataupun berbeda.

2. Sammuti-sacca : adalah Kebenaran relatif (konvensional) ; yang biasa dipakai dalam kehidupan sehari-hari . yang masih terikat dengan waktu dan tempat.

Kebenaran ini hanya ada berlaku di tempat tertentu dan waktu tertentu. Pencarian terhadap Kebenaran adalah seperti membawa sebuah lilin untuk mencari Matahari. Bukankah matahari selalu bersinar, apakah kita masih mencarinya atau tidak? Mengapa kita membuat segala sesuatu menjadi sebuah misteri?

Kebenaran bukanlah sebuah gagasan; gagasan-gagasan tentang Kebenaran adalah bukan suatu Kebenaran. Setiap orang mempunyai gagasan tentang Kebenaran - yang mentah ataupun yang rumit - tetapi mereka biasanya bersifat subyektif, penggambaran yang berpusat pada diri./ego. Demikian pula kata "Kebenaran", adalah bukan kebenaran itu sendiri.

Sacchikātabba : 1). Menyelaminya, 2). Dipahami.

Saddhamma : Ajaran yang asli.

Makna Penting Dari Saddhamma (Dhamma yang asli)

Di **Samyutta Nikaya Sutta 16.13**, Sang Buddha memperingatkan bahwa Dhamma yang asli akan mengalami kelenyapan jika Dhamma tiruan/palsu muncul. Setelah itu, akan menjadi sangat sulit untuk membedakan ajaran-ajaran yang asli dari yang palsu. Mengapa? Karena walaupun banyak dari buku-buku yang muncul belakangan yang berisi banyak Dhamma, beberapa adhamma (misalnya yang bertentangan dengan Dhamma) telah ditambahkan disana-sini. Perubahan yang tersebar disana-sini disepanjang teks hanya bisa diketahui jika seorang cukup jeli dan benar-benar mengenal kumpulan Sutta tertua. Jika tidak, seseorang akan merasa sangat sulit untuk membedakan buku-buku yang muncul belakangan dari yang lebih awal.

Analogi Perdagangan Emas

Di dalam Sutta yang serupa ini, Sang Buddha menyamakan situasi ini pada perdagangan emas. Beliau berkata pada saat itu orang-orang masih ingin membeli emas karena hanya emas murni yang dijual di pasaran. Tetapi suatu hari, orang-orang mulai membuat emas palsu dengan dengan kualitas yang membuatnya tidak bisa dibedakan dari emas murni. Dalam keadaan ini, orang-orang akan menjadi waspada. Mereka menjadi enggan untuk membeli emas karena mereka takut apa yang mereka beli mungkin emas palsu. Dengan cara yang sama. Sang Buddha berkata di masa depan Dhamma akan menjadi tercemar. Ketika itu terjadi, akan sangat sulit membedakan Dhamma yang Asli dari yang palsu, dan orang-orang akan kehilangan ketertarikan dalam Dhamma. Oleh karena itu, kita seharusnya benar-benar tekun untuk mencari tahu Dhamma yang asli, dan tidak menjadi bingung.

Guru Yang termasyhur bisa mempunyai Pandangan-pandangan salah ,Sangat sulit untuk membedakan antara seorang Ariya dengan yang bukan Ariya, dan kita tidak bisa tergantung pada desas-desus itu sendiri. Berbagai rekomendasi tentang bhikkhu ini dan itu adalah bhikkhu yang terkenal yang memiliki banyak pencapaian tinggi, dll adalah tidak bisa diandalkan.

Seperti yang dinyatakan Sang Buddha di **Anguttara Nikaya Sutta 5.88**, ada kemungkinan bahwa seorang bhikkhu termasyhur dengan status yang sangat senior, dengan pengikut umat awam dan bhikkhu /bhikkhuni dalam jumlah besar, dan sangat terpelajar dalam kitab suci, bisa mempunyai pandangan salah. Sang Buddha memberikan kita peringatan ini di masa depan (misalnya sekarang ini) seperti yang Beliau lihat dan ketahui bahwa bhikkhu-bhikkhu seperti ini tidak bisa diandalkan. Oleh karena itu, *Sutta-Sutta* (dan *vinaya* anggota Sangha) harus diandalkan dan dijadikan Guru kita yang terutama. Guru-guru lain hanya bisa menjadi teman spiritual saja.

Di **Anguttara Nikaya Sutta 4.180**, Sang Buddha mengajarkan wewenang besar. Beliau mengajarkan bahwa ketika bhikkhu manapun yang berkata ini dan itu adalah ajaran-ajaran Sang Buddha, kita harus tanpa

menolak atau menyetujui kata-kata mereka, bandingkan kata-kata tersebut dengan *Sutta-Sutta* dan *Vinaya*. Jika apa yang mereka katakan tidak sesuai dengan *Sutta-Sutta* dan *Vinaya*, kita seharusnya menolak mereka. Lagi, ini mengilustrasikan bagaimana pemahaman yang kokoh terhadap *Sutta-Vinaya* adalah pedoman yang bisa diandalkan terhadap apa yang sebenarnya diajarkan Sang Buddha. Pengetahuan ini memungkinkan kita untuk membedakan antara seorang guru yang mengajarkan Dhamma yang asli dan ajaran lainnya yang memiliki pandangan-pandangan salah.

Sadhu : 1). Baik, 2). Setuju, 3). Semoga demikian.

Sadparamita : 1). Enam kesempurnaan, 2) Enam Paramita.

1). **Dana** : memberi sesuatu

2). **Sila** : Peraturan moral

3). **Khanti** : Kesabaran

4). **Viriya** : Semangat

5). **Dhyana** : Meditasi

6). **Prajna** : Kebijaksanaan

Ketika seseorang telah mendengar Mahayana Dharma dan mengembangkan welas asih yang mulia, praktek dari *Sad Paramita* adalah langkah alami yang selanjutnya pada Jalan Bodhisattva. Sumpah besar Bodhisattva sedalam samudera, harus disertai dengan praktek *Sad Paramita* dan memenuhi sumpah tersebut berarti mencapai ke-Buddha-an. Jalan dari Bodhisattva Dharma adalah praktek dari *Sad Paramita*.

Paramita yang pertama adalah Dana, atau derma dan kemurahan hati. Bentuk duniawi terginggi dari ini adalah memberikan tubuh atau bahkan nyawa bagi keuntungan orang lain. Hal ini digambarkan sebagai derma internal, sementara jenis lain dari kemurahan hati berkaitan dengan milik pribadi, uang, waktu, dan lain-lain, disebut derma eksternal. Ada pula bentuk *transendental*, misalnya pemanfaatan bakat, intelektual, kepandaian berbicara dari seseorang untuk menyebarkan pesan dari *Buddhadharma*. Hal ini disebut pemberian dana berupa Kebenaran Buddha. Dasar dari Dana adalah semangat rela berkorban bagi keuntungan makhluk lain.

Saddhā / (skt. **Sraddhā**) : Keyakinan.

Saddha bukanlah berarti “percaya” seperti yang lazim dipahami orang; ia berarti suatu “keyakinan yang didasarkan pada pengertian yang timbul karena bertanya dan menyelidiki “ (*Vimamsaka Sutta, MN*).

Menurut Asanga, seorang pujangga Buddhis yang terkemuka pada abad ke 4 Masehi, “*saddha*”

mengandung tiga unsur, yaitu :

1. Keyakinan yang kuat akan sesuatu hal.

2. kegembiraan yang mendalam terhadap sifat-sifat yang baik.

3. harapan untuk memperoleh sesuatu di kemudian hari.

Dari sini dapat kita lihat bahwa pengertian “percaya” tidak terdapat dalam uraian tersebut diatas. Persoalan “percaya” akan timbul apabila kita tidak dapat melihat sesuatu dengan jelas dan terang. Pada saat kita melihat sesuatu dengan jelas dan terang, maka “percaya” itu tak akan ada lagi.

Saddha 4= (4 macam keyakinan) yaitu:

1. **Kamma Saddha** : Keyakinan terhadap Hukum Kamma

2. **Vipaka Saddha** : Keyakinan terhadap akibat dari Hukum Kamma

3. **Kammassakata Saddha** : Keyakinan bahwa semua makhluk mempunyai kamma masing-masing dan bertanggung jawab terhadap perbuatannya.

4. **Tathagatabodhi Saddha** : Keyakinan terhadap pencapaian Penerangan Sempurna dari Sang Buddha, yakin bahwa Sang Buddha adalah Yang Maha Suci, Yang Maha Tahu, Yang Maha Bijaksana, Yang Maha Pengasih dan penyayang. (*Vijja Dhamma hal. 50*).

Saddha-vimutto : Orang yang terbebas melalui keyakinan.

Saddha-nusari : Orang yang terbebas karena mengikuti ajaran keyakinan.

Saddha-Bala: Kekuatan dari keyakinan terhadap Tiratana .

Sagga/(skt.**Svarga**) : Alam surga.

Sakadāgāmi/(skt. **Sakrdāgāmin**) : Hanya sekali lagi terlahir kembali ke dunia ini .

Sakadāgami

Dengan memperdalam penembusan pandangan terangnya, seorang bisa mencapai tingkatan *Sakadāgami* ("Yang Hanya Kembali Sekali Lagi"). Seorang *Sakadagami* telah menghancurkan tiga belunggu Sotapanna (Sakkayaditthi, Vicikiccha , Silabbataparamasa) dan melemahkan belunggu-belunggu Anagami (Kamaraga dan Vyapada.) hingga tersisa sedikit. Seorang Sakadagami dilahirkan kembali maksimum sekali lagi di dalam dunia alam nafsu keinginan (kamadhatu) sebagai manusia atau makhluk surga tingkat bawah sebelum mencapai Nibbana.

Sakkaya-Ditthi : Kepercayaan akan adanya roh yang kekal abadi. (sat = makhluk ; kaya = tubuh ; ditthi = pandangan).

Sakkāra : Kehormatan.

Salāyatana/(skt.**Sadāyatana**) : Enam landasan-indra.

yaitu : mata, telinga, hidung, lidah, jasmani, pikiran dan hati (landasan batin) *Salayatana* (enam landasan indra); yang diumpamakan dengan sebuah rumah dengan 5 jendela dan satu pintu. Lima landasan adalah fisik dan satu lagi batin. Karena ada 6 landasan indra ini maka mengkondisikan *phassa*.(kontak).

Samādhi : 1). Pemusatan pikiran, 2). Konsentrasi pada satu obyek, 3). Meditasi.

Samadhi sambojjhanga : Penerangan sempurna konsentrasi.

Samadhi-Bala: Kekuatan dari konsentrasi (penguasaan pikiran).

Samadhivipphara-iddhi : Konsentrasi tingkat lebih jauh .

Sammamanasikara : Pemikiran yang benar.

Samanta-Cakkhu : Pata pengetahuan tanpa batas.

Samajivikata : Hidup dalam batas kemampuan.

Samana / (skt. Shramana) : Seorang pertapa.

Samanera/(skt.Sramanera) : Calon Bhikkhu.

Samaneri/(Skt. Sramaneri) : Calon Bhikkhuni.

Samatha Bhavana : Konsentrasi, meditasi untuk memperoleh ketenangan batin.

Adalah tehnik meditasi Pemusatan pikiran(konsentrasi) untuk menenangkan pergerakan perhatian pikiran (yang sebelumnya selalu bergerak) ke satu titik / obyek. Dan dengan tercapainya Jhana I sampai Jhana IV, maka seseorang tergantung pada Karmanya, ia dapat memiliki sebuah atau beberapa buah Kemampuan Batin (*Abhinna*), namun *Abhinna* hanya merupakan kesaktian dan bukan menandakan bahwa seseorang pasti telah menjadi suci.

Gangguan (*Palibhoda*) *Samatha Bhavana* ini sering muncul dan harus dihindari oleh meditator. *Palibhoda* merupakan kondisi yang mengganggu meditator untuk mengkonsentrasikan pikirannya. Gangguan ini umumnya bersifat fisik, yang muncul atau terjadi pada masa persiapan untuk bermeditasi, atau sebelum pikiran kita terpusat ketika mulai bermeditasi.

Palibhoda ada 10 macam, yaitu :

1) Tempat tinggal (Āvāsa)

Tempat tinggal adalah tempat dimana pemula meditasi tinggal untuk bermeditasi. Tempat tinggal dipandang sebagai pengganggu, yaitu berkenaan dengan adanya kegiatan memperbaiki bangunannya sehingga tempat itu menjadi berisik, atau disekitar tempat itu banyak kegiatan yang mengakibatkan gangguan melalui inderaindera, misalnya seperti ; kegaduhan (telinga), bau menyenangkan atau tidak menyenangkan (hidung), banyak serangga atau angin kencang (tubuh) dst.

2) Keluarga (Kula)

Seseorang hendak bermeditasi, namun anggota keluarganya datang berkunjung karena adanya keperluan tertentu.

3) Pendapatan (Lābha)

Bagi umat awam, hal ini adalah soal pekerjaan, materi atau uang. karena memikirkan hal ini, seseorang akan sulit untuk memusatkan pikirannya.

Bagi para bhikkhu, hal ini adalah berhubungan dengan empat kebutuhan pokok, yaitu : jubah, makanan, tempat tinggal dan obat-obatan. Karena memikirkan hal ini seorang Bhikkhu akan sulit untuk mengkonsentrasikan pikirannya.

4) Para Siswa (Gaṇa)

Bila seorang guru sedang bermeditasi, namun para siswanya sering mengunjungi untuk minta pelajaran, bertanya, mohon petunjuk untuk memecahkan masalah yang dihadapi pada siswa tersebut, hal ini merupakan gangguan sehingga meditasinya terganggu.

5) Kegiatan (Kamma)

Karena sibuk dengan pekerjaan, kesempatan untuk bermeditasi sangat terbatas atau tidak ada samasekali. Pikirannya selalu terfokus dan tersita untuk mencari atau memikirkan cara untuk menyelesaikan pekerjaannya tersebut.

6) Bepergian (Addhāna)

Karena adanya rencana bepergian, maka pikiran kita akan tersita untuk rencana tersebut, dan kesempatan untuk istirahat disaat dalam perjalanan sangat kurang sehingga badan tidak segar, terlalu lelah, akibatnya pemusatan pikiran kita menjadi sulit.

7) Kerabat (Ñāti)

Kerabat datang untuk berbagai keperluan, sehingga waktu meditasi kita tersita untuk melayani mereka.

8) Sakit (Ābādha)

Karena badan kita sakit, maka kita akan sulit untuk bermeditasi dengan tenang.

9) Belajar (Gantha)

Kewajiban belajar juga merupakan gangguan dalam bermeditasi, misalnya ketika ada ujian dan kita harus belajar untuk persiapan ujian tersebut.

10) Kemampuan batin (Iddhi)

Kemampuan batin dapat mengganggu para meditator *Vipassana Bhavana* maupun *Samatha Bhavana*. kemampuan batin sebagai gangguan lebih cenderung pada mereka yang akan melanjutkan *Vipassana Bhavana* sebagai kelanjutan dari *Sammatha Bhavana*. Kemampuan batin menjadi gangguan *Samatha Bhavana*, karena yang bersangkutan terlalu senang dengan melakukan kegiatan kemampuan batin sehingga malas melakukan meditasi lebih lanjut. Hal ini akan dapat mengakibatkan lunturnya atau berkurangnya kekuatan kemampuan batin. Gangguan-gangguan tersebut merupakan gangguan umum yang segera dapat diatasi bila kita memiliki cara kerja dan pemikiran yang terorganisasi dengan baik, yaitu dengan cara membuat jadwal dan kita disiplin melaksanakan jadwal tersebut.

Sambodhi : Penerangan Sempurna.

Sambodhāya : Penerangan.

Pencapaian empat Jalan dan empat buah kesucian.

Sammā-ājīva : Penghidupan benar.

Ini berarti bahwa seseorang seharusnya mempunyai penghidupan yang tidak mencelakakan atau merugikan orang lain dan menghindari Lima pencaharian salah, yaitu :

1. Penipuan
2. Ketidaksetiaan
3. Penujuman
4. Kecurangan
5. Memungut bunga tinggi (praktek lintah darat, rentenir)

Disamping itu ia harus pula menghindari Lima Macam Perdagangan, yaitu :

1. Berdagang alat senjata

2. Berdagang makhluk hidup
3. Berdagang daging (atau segala sesuatu yang berasal dari penganiayaan makhluk-makhluk hidup)
4. Berdagang minuman yang memabukkan atau yang dapat menimbulkan ketagihan.
5. Berdagang racun

Sammā-dīṭṭhi : 1). Pandangan benar , 2). Pengertian benar.

Ini berarti bahwa kita harus mengerti benda-benda menurut keadaan yang sebenarnya. Oleh karena itu, Pengertian benar secara singkat dapat diartikan sebagai pengertian tentang Empat Kebenaran Mulia. Pengertian ini merupakan kebijaksanaan tertinggi yang dapat menembus arti dan melihat secara terang Kesunyataan Mutlak, Nibbana.

Menurut paham Buddhis, terdapat dua jenis pengertian, Apa yang umum anggap sebagai pengertian ialah pengetahuan, timbunan dari ingatan, pemahaman secara intelek akan sebuah pokok persoalan sesuai dengan data tertentu. hal ini disebut sebagai *Anubodha*, pengertian ini tidak begitu mendalam.

Pengertian yang lebih mendalam disebut *Pativedha* (menembus), yaitu melihat benda-benda dalam keadaan yang sebenarnya, tanpa nama dan merk. tetapi penembusan ini hanya dimungkinkan, apabila pikiran benar-benar bersih dari noda-noda dan dikembangkan dengan sempurna melalui meditasi. Ia merupakan pengekangan diri (*self-discipline*) dari badan jasmani, dari ucapan dan dari pikiran, mengembangkan dan melatih diri, dan membersihkan diri . ia tidak ada sangkut-pautnya dengan kepercayaan, sembahyang, memuja atau upacara keagamaan. Ia merupakan Jalan yang menuju ke Kesunyataan Mutlak, kebebasan sempurna, kebahagiaan dan kedamaian hati melalui kesempurnaan moral, spiritual dan intelektual.

Sammā- samādhi : Konsentrasi benar .

Merupakan konsentrasi yang dapat membawa seseorang kepada tingkatan *Dhjana/Jhana*, (*lihat huruf “ D”- Dhjana*).

Sammā- sankappa : 1). Kehendak benar, 2). Pikiran benar.

Ini berarti pikiran yang tidak mementingkan diri sendiri dan tidak terpengaruh lagi oleh “Sang Aku”, pikiran cinta kasih dan tanpa-kekerasan kepada semua makhluk, pikiran yang demikian ini dapat digolongkan sebagai bagian dari kebijaksanaan. Dengan demikian jelaslah kiranya bahwa Kebijaksanaan Sejati harus disertai sifat-sifat luhur ini dan semua pikiran yang mementingkan diri sendiri, pikiran jahat, kebencian dan segala sesuatu yang mengandung sifat kekerasan, merupakan bukti-bukti tentang masih kurangnya Kebijaksanaan di dalam semua segi kehidupan, baik sebagai perorangan, dalam lapangan sosial maupun dalam lapangan politik.

Sammā- sati : Perhatian benar (*Lihat huruf “V” : Vipassana-bhavana*).

Samsedaja : Makhluk yang dilahirkan melalui kelembaban.

Sammā- vācā : Ucapan benar.

Dapat digolongkan sebagai Ucapan benar, jika empat syarat dibawah ini dipenuhi :

1. **Ucapan itu benar** : kata-kata yang dikatakan adalah apa adanya, jujur dan tidak berdusta.
2. **Ucapan itu beralasan** : kata-kata yang tidak menimbulkan kebencian, perpecahan dan perselisihan diantara perorangan atau golongan.
3. **Ucapan itu berfaedah** : Tidak berkata-kata cabul dan kasar yang menyakiti hati orang lain.
4. **Ucapan itu tepat pada waktunya** : Tidak berbicara omong kosong yang tidak ada gunanya, desas-desus dan tidak berbicara tentang keburukan orang lain.

Sammā-Kammanta : Perbuatan benar.

Ini bertujuan untuk mengembangkan perbuatan-perbuatan yang bersusila, terhormat dan menjauhkan diri dari keributan-keributan. Hal ini berarti ia tidak akan membunuh, mencuri, melakukan perbuatan yang tercela, melakukan perzinahan dan senantiasa bersedia untuk menolong orang lain agar dapat juga menjalani kehidupan yang tenang, bersih, terhormat dan dengan cara yang benar.

Sammāsambuddha/(skt.Samyaksambuddha) : Yang telah mencapai penerangan sempurna.

Sammā- vāyāma : 1). Daya upaya benar, 2). Usaha benar.

Ini berarti pengerahan kekuatan kemauan untuk :

1. Dengan sekuat tenaga mencegah munculnya unsur-unsur jahat dan tidak baik di dalam batin.
2. Dengan sekuat tenaga berusaha untuk memusnahkan unsur-unsur jahat dan tidak baik, yang sudah ada di dalam batin.
3. Dengan sekuat tenaga berusaha untuk membangkitkan unsur- unsur baik dan sehat di dalam batin.
4. Berusaha keras untuk mempernyata, mengembangkan dan memper-kuat unsur-unsur baik dan sehat yang sudah ada di dalam batin.

Sammā- vācā : Ucapan benar.

Dapat digolongkan sebagai Ucapan benar, jika empat syarat dibawah ini dipenuhi :

1. **Ucapan itu benar** : kata-kata yang dikatakan adalah apa adanya, jujur dan tidak berdusta.
2. **Ucapan itu beralasan** : kata-kata yang tidak menimbulkan kebencian, perpecahan dan perselisihan diantara perorangan atau golongan.
3. **Ucapan itu berfaedah** : Tidak berkata-kata cabul dan kasar yang menyakiti hati orang lain.
4. **Ucapan itu tepat pada waktunya** : Tidak berbicara omong kosong yang tidak ada gunanya, desas-desus dan tidak berbicara tentang keburukan orang lain.

KELOMPOK : (S 2)

Samakari : Bersikap adil.

Samkhata : Yang berkondisi karena sebab.

Samkhāra : Kehendak tidak baik, baik dan tak tergoyahkan.

Merupakan Kamma penghasil tumimbal lahir.

Sampajano : Seorang makhluk tahu.

Sampaticchana : Obyek yang dilihat.

Sampajañña/(skt. Samprajanya) : 1). Pengertian lengkap, 2). pengetahuan lengkap.

Apakah yang dimaksud dengan pengertian lengkap? *Sampajanna* meliputi 4 hal, yaitu:

- a. Sathaka Sampajanna,**
- b. Sappaya Sampajanna,**
- c. Gocara Sampajanna, dan**
- d. Asammoha Sampajanna.**

a) Sathaka Sampajanna

Artinya "Pengertian yang lengkap tentang kebenaran". yaitu; kehendak baik dengan melihat „kebaikan“ itu dari berbagai segi. Yang pertama adalah „baik“ dari segi Dhamma, artinya tidak bertentangan dengan Dhamma. Yang kedua, tidak bertentangan dengan hukum negara. Yang ketiga, tidak bertentangan dengan hukum adat-istiadat yang tidak tertulis dan berlaku di lingkungan sekitar.

Suatu contoh : Ada suatu daerah yang memiliki kepercayaan ; Kalau baru selesai melayat orang mati di kuburan atau di tempat krematorium, tidak boleh langsung menengok orang sakit. Kalau habis melayat orang mati lalu menengok orang sakit itu nanti membuat si sakit cepat mati. Hal ini jelas tidak benar, dan tidak sesuai dengan kebenaran. Mati, sehat, atau sakit itu tergantung dari berbagai macam faktor, singkat kata adalah karena karma masing-masing. Bila kita lihat dari segi Dhamma, menengok orang sakit itu memang baik. Hukum negara juga tidak ada yang melarang. Tetapi kalau di lingkungan atau di daerah yang memiliki kepercayaan seperti itu, apa yang kita anggap “baik” dengan menengok orang yang sakit itu malah menjadi salah paham, Kita tidak bisa memperbaiki pandangan yang salah itu, dan kita harus besikap bijaksana , Kalau secara radikal nanti akan jadi bumerang. Itu namanya sikap tidak hati-hati.

Kita tidak perlu „*sok menjadi pahlawan*“, yaitu menjadi orang pertama yang memulai, dengan resiko akan membuat keonaran, kekacauan, dan ketidak-harmonisan. Jadi memang, punya niat baik itu syarat mutlak, tetapi dia tidak boleh berdiri sendiri. Tidak asal niat baik. Tetapi baik itu harus *sathaka sampajanna*, kita harus melihat tidak hanya dari satu segi, tetapi dari berbagai segi, sehingga sikap kita tidak akan membuat keonaran, kekacauan, dan sebagainya. Itulah yang disebut dengan hati-hati. Bila kita tidak mau melihat kiri kanan, tidak mau melihat situasi dan kondisi di sekitar, "pokoknya niatku baik", ini juga termasuk ceroboh.

b) Sappaya Sampajanna

Artinya "Pengertian lengkap tentang kelayakan". Apakah yang dimaksud dengan kelayakan? yaitu setelah kita memeriksa dari semua segi dengan benar, baik dari segi Dhamma, Hukum negara, Hukum adat , selanjutnya kita mengukur kemampuan diri kita sendiri, apakah kita bisa melaksanakan dan mencapai tujuan niat baik itu? Walaupun Niat kita itu baik dan Mulia, namun bila tujuan itu tidak mungkin dapat dilaksanakan karena tidak ada kemampuan, sebaiknya kita mawas diri dan lebih baik melakukan sesuatu yang memang bisa untuk kita lakukan sesuai dengan kemampuan diri kita sendiri, karena jika kita „memaksakan diri“ untuk melakukan sesuatu yang diluar kemampuan kita, itu namanya sembrono, bukan orang yang berhati-hati.

c) Gocara Sampajanna

Artinya "Pengertian yang lengkap tentang ruang lingkup". Apa yang dimaksud dengan Ruang Lingkup? Yaitu kita boleh melakukan apa saja, yang sudah tentu dengan niat yang baik dan benar dari segala segi, asal apa yang kita lakukan itu mempunyai hubungan dengan apa yang ingin kita capai. Sesungguhnya, dalam hidup bermasyarakat, kita cukup sampai di sini, yaitu: niat baik, *sathaka sampajanna*, *sappaya sampajanna*, dan *gocara sampajanna*. Nah, inilah bekal atau pedoman untuk membawa diri kita di tengah-tengah masyarakat dengan berbagai macam rangsangan, bujukan, dan sebagainya. Tetapi di sini, kalau kita ingin meningkatkan batin kita menjadi ke tingkat yang lebih tinggi, tidak di level yang biasa, ada yang nomor empat, ini yang paling sulit.

d) Asammoha Sampajanna

Yang dimaksud dengan *asammoha sampajanna* adalah "Pengertian yang lengkap, bebas dari kegelapan batin, bebas dari moha". Apakah yang dimaksud dengan *Asammoha sampajanna* ini ? yaitu kalau kita mempunyai niat baik, *sathaka sampajanna*, dari segala arah diperiksa dengan baik, dan niat itu memungkinkan untuk dicapai, dan berhasil. Kita tidak boleh punya perasaan atau pengertian bahwa: "Saya sudah melakukan tujuan yang baik dan sudah berhasil". Karena dengan adanya perasaan seperti itu dapat menimbulkan “ke-Aku-an” pada diri kita, padahal 'aku yang sesungguhnya' itu tidak ada.

Sebab segala sesuatu yang kita kerjakan hendaknya dimengerti bahwa semua itu bisa terjadi karena banyak macam sebab dan pendukungnya. Contohnya : Ada orang sakit, ada kehendak untuk mengobati, dan ada obat, lalu obatnya diberikan kepada orang yang sakit. Yang sakit merasa senang karena sembuh dari sakitnya. Kalau kita ditanya: "Siapa yang memberikan obat untuk menolong orang itu?" tentu saja kita boleh menjawab : "Saya". Tetapi pengertian untuk kemajuan batin harus dimengerti bahwa tidak ada 'saya' yang menolong untuk memberikan obat. Mengapa? Kalau tidak ada yang sakit, siapa yang akan diberikan obat? Kalau ada yang sakit, tidak ada obat, apa yang akan diberikan?

Kalau kita merasa bangga dengan mengatakan bahwa “saya telah menolong orang itu dan dia sembuh !”, ini sama artinya kita menganggap orang yang sakit dan obat itu tidak ada !, yang ada hanyalah „Aku“ yang telah menolong orang itu, jika tidak ada aku, dia sekarang tidak akan sembuh dan sesehat ini! Inilah salah satu contoh pengertian yang keliru.

Sesungguhnya yang terjadi adalah Proses, yaitu proses melihat adanya orang yang sakit, kemudian melihat ada obat disini, tangannya bergerak untuk mengambil obat dan memberikannya kepada orang yang sakit itu, kemudian orang yang sakit itu tersenyum karena sudah merasa sembuh dan sehat, titik! dan hanya begitulah proses yang baik itu telah terjadi.

Dalam pengembangan pandangan benar, yaitu untuk kepentingan batin, kejadian tersebut diatas tidak ada yang bisa disebutkan sebagai „Aku“ sejati yang telah melakukannya, „aku“ yang sejati itu yang mana ?, pikirannya, jasmaninya, perasaannya atau kesadarannya?. Jadi boleh-boleh saja kita dalam komunikasi sehari-hari kita mengatakan “ „aku“ yang telah memberikan obat kepadanya “, hal ini agar tidak membuat orang lain yang mendengarnya menjadi bingung.

Samsāra : 1). Roda tumibal lahir,2). Llingkaran kelahiran dan kematian.

Secara harafiah berarti pengembaraan berulang, kumpulan rangkaian yang tidak terputus-putus, unsur-unsur dan dasar indria.

Sammuti : 1). Biasa, 2). Kebiasaan.

Sammuti-Sacca/(skt.Samrvti-Satya) : 1). Kebenaran konvensional, 2). Kebenaran biasa, 3). Kebiasaan. Kebiasaan-kebiasaan yang telah secara umum dianggap benar oleh masyarakat sesuai dengan Adat, hukum, tradisi dan kebudayaan setempat (belum tentu sesuatu yang dianggap “benar” oleh adat masyarakat di satu daerah, juga dianggap “benar” oleh adat masyarakat di daerah lainnya); Kebenaran relatif ; berarti bahwa sesuatu itu benar, tetapi masih terikat oleh waktu dan tempat.

Pencarian terhadap Kebenaran adalah seperti membawa sebuah lilin untuk mencari Matahari. Bukankah matahari selalu bersinar, apakah kita masih mencarinya atau tidak? Mengapa kita membuat segala sesuatu menjadi sebuah misteri? Kebenaran bukanlah sebuah gagasan; gagasan-gagasan tentang Kebenaran adalah bukan suatu Kebenaran. Setiap orang mempunyai gagasan tentang Kebenaran - yang mentah ataupun yang rumit - tetapi mereka biasanya bersifat subyektif, penggambaran yang berpusat pada diri/ego. Demikian pula kata "Kebenaran", adalah bukan kebenaran itu sendiri.

Samhappalāpa : 1). Bergunjing, 2). Omong kosong.

Samudaya : 1). Asal mula, 2). Sebab, 3). Muncul, 4). Sumber dukkha.

Samvara : Pengendalian diri.

Samvatta : Proses perkembangan.

Samvatta-kappa : Masa perkembangan.

Samvatta-vivatta kappa : Banyak masa perkembangan-kehancuran.

Samvega : Perasaan desakan spiritual.

Sangahavatthu : Empat dasar kemurahan hati.

4 Sangahavatthu (4 macam dharma yang menarik hati) :

1. **Dana**.

2. **Piyavaca** = berbicara lemah lembut dan menarik hati, menimbulkan rasa persahabatan dan kemanfaatan dalam pergaulan.

3. **Atthacariya** = Melaksanakan yang bermanfaat, yaitu membantu segala macam pekerjaan, memberi pelayanan yang baik dan memperlihatkan sikap yang menyenangkan,

4. **Samanattata** = Tahu diri dan tidak tinggi hati, berusaha menjaga diri tidak menimbulkan hal2 yang tidak baik dan selalu mawas diri dengan berpedoman pada dhamma-vinaya.

Sangha : Persaudaraan para bhikkhu.

Suatu perkumpulan setidaknya-tidaknya lima bhikkhu dan bhikkhuni Buddha yang didukung oleh masyarakat yang ada disekitar kehidupan mereka.

Sangha Bhikkhu atau Sangha Bhikkhuni ada dua macam, yaitu :

1. **Ariya Sangha** : Persaudaraan Bhikkhu atau Bhikkhuni suci yang telah mencapai empat tingkat kesucian yaitu *Sotapanna, Sakadami, Anagami dan Arahat*.

2. **Sammuti Sangha** : Persaudaraan Bhikkhu atau Bhikkhuni biasa yang belum mencapai tingkat kesucian.

Sangharatana : Mustika Persaudaraan para Bhikkhu dan Bhikkhuni.

Sangha sebagai Mustika, karena Sangha merupakan wakil dari Sang Buddha dalam hal memelihara, melestarikan dan mengajarkan Dhamma kepada umat Buddha, dengan adanya Sangha, maka Dhamma masih dapat bertahan.

Sangha oleh umat Buddha diyakini sebagai Mustika, karena sbb ;

1. Sangha adalah persaudaraan Bhikkhu Ariya yang telah mencapai tingkat kesucian (*Sotapanna, Sakadagami, Anagami dan Arahat*).

2. Sebagai pengawal dan pelindung Dhamma.

3. Mengajarkan Dhamma kepada orang lain untuk ikut melaksanakannya sehingga mencapai Nibbana.

Saññā / (skt. Samjñā): Pencerapan (*Lihat Huruf “P” : Panca Khanda*).

Saññā Khandha : Kelompok pencerapan (*Lihat pada Huruf “P”- Panca Khanda*)

Sañña-vedayita-nirodha : Kondisi Lenyapnya Perasaan dan Pencerapan.

Sanni : Memiliki persepsi.

Sankhata : Berkondisi.

Sankappa/(skt.Samkalpa) : Pikiran.

Sankhata dhamma : Keadaan yang bersyarat (*lihat huruf “D” pada “Dhamma/Dharma*)

Sañkhāra : 1). Perpaduan unsur, 2). Faktor-faktor pikiran

Terdiri dari bagian-bagian dan pada gilirannya menjadi bagian dari yang lainnya lagi, suatu benda baru bereksistensi bila semua bagian-bagian(sebagai prasyarat) terpadu. Rumah misalnya, adalah perpaduan batubata, jendela-jendela, pintu-pintu dan atap, dan tidak merupakan bagian tersendiri yang terpisah dari

komponen-komponen diatas. Demikian pula manusia. Kita terbentuk dari Lima Unsur (*Pañca Khanda*)

Sankhāra berarti faktor-faktor pikiran, yaitu faktor-faktor pikiran yang meliputi semua keadaan batin yang menyenangkan, tidak menyenangkan dan netral, terdiri atas :

a). terhadap bentuk-bentuk yang dilihat.

b). Terhadap suara-suara yang didengar.

c). Terhadap bau-bauan yang dicium.

d). terhadap rasa-rasa yang dikecap.

e). terhadap sentuhan-sentuhan yang disentuh.

f). terhadap kesan-kesan obyek batin oleh pikiran.

Sankhāra-dukkha : Dukkha sebagai akibat dari keadaan yang berkondisi .

Santapa-dukkha : Penderitaan yang diakibatkan oleh api nafsu-nafsu yang menyebabkan orang kebakaran karenanya.

Santi : Perdamaian.

Santirana : “saat pikiran” yang menyelidiki (yang secara sesaat memeriksa obyek yang dilihat).

Saññojana/(skt. Samyojana) : Belunggu, ikatan, kemelekatan. (*Lihat huruf “M” pada judul Maha Parisuddhi*).

Sappurisa-paññatti : Hal-hal yang patut dilaksanakan atau ciri orang yang baik. **yaitu:**

1.**Dana** : Pelepasan barang milik sendiri sehingga mereka dapat berguna bagi orang lain.

2.**Pabbajja** : Pelepasan keduniawian.

3.**Matapitu-upatthana** : Melindungi dan memelihara orang tua, berusaha memberikan kebahagiaan lahir dan batin. (*Anguttaranikaya I. 151*)

Sappurisa-dhamma : Harta dari orang yang baik. *yaitu:*

1. Saddhamma Samannagato: Mempunyai kebajikan 7 macam adalah:

a. Mempunyai keyakinan (saddha)

b. Mempunyai rasa malu (hiri)

c. Mempunyai rasa takut (ottappa)

d. Mempunyai banyak pengetahuan (bahussuta)

e. Mempunyai usaha yang giat (viriya)

f. Mempunyai kesadaran (sati)

g. Mempunyai kebijaksanaan (panna)

2.**Sappurisa Bhatti** : Bergaul dengan orang baik.

3.**Sappurisa Cinti** : Berfikir yang benar, tidak berfikir untuk merugikan diri sendiri dan makhluk lain.

4.**Sappurisa Manti** : Berunding dengan orang yang baik.

5.**Sappurisa Vaco** : Berbicara yang benar, yaitu tidak bicara bohong, tidak menghina dan memfitnah, tidak bicara kasar, tidak omong kosong dan tidak bicara merugikan orang lain

6.**Sappurisa Kammanto** : Berbuat yang benar, yaitu tidak melakukan sesuatu yang merugikan orang lain.

7.**Sappurisa Ditthi** : Mempunyai pandangan yang benar, yaitu berbuat baik dapat kebaikkkan, berbuat jahat dapat kejahatan dan lain-lainya.

8.**Sappurisa Danam Ditthi** : Berdana sesuai dengan *Sappurisa Dana 8* (8 macam dana dari orang yang baik) (*Majjhimanikaya III. 23*)

Sarambba-vaca : Kata-kata kemarahan.

Sarira : Badan, tubuh.

Sāsana : 1). Ajaran, 2). Perintah, 3). Doktrin.

Sassata-vada : 1). Faham tentang kekekalan, 2). Teori keabadian.

Sāsavā : Iddhi yang masih disertai kekotoran-kekotoran batin.

Sāsavā-dhammā : Segala macam noda.

Satta/(skt.Sattva) : Makhluk hidup.

Sati/(skt.Smṛti) : 1). Perhatian murni, 2). Kesadaran penuh, 3). Kemampuan mengingat.

Upaya untuk selalu sadar dan waspada dalam semua perbuatan serta aktifitas fisik dan mental.

Sati sambojjhanga : Penerangan sempurna kesadaran.

Sati-Sampajañña : 1). Kewaspadaan, 2). Pengertian jelas, 3). Mengetahui diri sendiri.

Sati-Sampajañña adalah kesadaran atau kewaspadaan, penuh perhatian dalam mengamati aktivitas batin dan jasmani, tidak mabuk, lalai, lengah ataupun ceroboh.

Menjaga kesadaran atau kewaspadaan sangatlah penting. Kesadaran yang terjaga dengan baik akan membuat kita bahagia dan sebaliknya kelengahan/mabuk akan menyeret pada penderitaan. Sebagaimana yang dinyatakan Sang Buddha dalam **Dhammapada II:1**, sebagai berikut:

"Kewaspadaan adalah jalan menuju kekekalan, kelengahan adalah jalan menuju kematian, mereka yang sadar tidak akan mati, mereka yang tidak sadar seperti orang mati."

Satisamvara : Mengendalikan diri dengan perhatian yang benar.

Sati-Bala: 1). Kekuatan dari kesadaran penuh, 2). Perhatian murni .

Satipatthāna : Mengembangkan kesadaran.

Sattha : Sang Guru.

Satta sambojjhanga : Tujuh faktor penerangan sempurna.

Saupadhi : Bersifat keduniawian.

Sikkhā/(skt., Siksā) : 1). Pelajaran, 2). Latihan, 3). Disiplin.

Sila : 1). Kemoralan, 2). Moralitas, 3). Disiplin moral.

Sila mempunyai dasar pemikiran cinta kasih universal (*metta*) dan belas kasihan (*karuna*) terhadap semua makhluk hidup, yang juga menjadi dasar ajaran Sang Buddha.

A. Pengertian Sila

• Κεηενδακ αταυ σικαπ βατιν ψανγ τερχετυσ σεβαγαι υχαπαν βεναρ & περβυαταν βεναρ.

• Χαρα υντυκ μενγενδαλικαν διρι δαρι σεγαλα βεντυκ-βεντυκ πικιραν ψανγ τιδακ βαικ δαν μερυτακαν υσαηα υντυκ μεμβεβασκαν διρι δαρι σεγαλα ακαρ κεφαηαταν, ψαιτυ : λοβηα, δοσα, μοηα.

Υσαηα υντυκ μενυνφανγ τερλακσανανψα σιλα δεγγαν βαικ;

α. Μεμπυνψαι ρασα μαλυ υντυκ βερβυατ βυρυκ αταυ φαηατ (*Ηιρι*).

β. Μεμπυνψαι ρασα τακυτ ακαν ακιβατ δαρι περβυαταν βυρυκ αταυ φαηατ (*Οτταπα*).

B. Πεμβαγιαν Σιλα μενυρυτ φενισνψα

1. Πακατι Σιλα (Αττηανγικα)

Αδαλαη σιλα αλαμιαη, ψαιτυ σιλα αταυ χαρα πενγενδαλιαν διρι, σεπερτι περβυαταν βεναρ, υχαπαν βεναρ δα ν ματα

πενχαηαριαν βεναρ, ψανγ τερδαπατ δαλαμ Δελαπαν φαλαν κεβεναραν Μυλια (*Αττανγικα Μαγγα/Ηαστα Αριψα*)

Μαργα).

2. Πα)ατι Σιλα

Αδαλαη χαρα υντυκ μεγγενδαλικαν διρι δαρι σεγαλα περβυαταν δαν υχαπαν δηνγαν φαλαν μενταατι αταυ πατ υη
τερηαδαπ περατυραν-περατυραν ψανγ σεσυαι δηνγαν αδατ-ιστιαδατ σερατ περατυραν-περατυραν ψανγ τιδα
κ αδα

ηυβυγγαννψα δηνγαν καμμα/καρμα.

Χ. Πεμβαγιαν Σιλα μενυρυτ Πελακσανααννψα

1. Σικκαπαδα

Ψαιτυ ; μελακσανακαν λατιηαν-λατιηαν πεγγενδαλιαν διρι, σεπερτι : Μελακσανακαν *Πανχασιλα, Αττασιλα, Δασασιλα*

δαν λαιν-λαιννψα.

2. Χαριττα Σιλα

Ψαιτυ; μεγγενδαλικαν διρι δηνγαν φαλαν μεγγηινδαρι ηαλ-ηαλ ψανγ τιδακ βαικ, σεπερτι : Τιδακ βεργαυλ δηνγαν

ορανγ-ορανγ φαηατ, τιδακ μελακυκαν ηαλ-ηαλ ψανγ διλαρανγ δαν λαιν σεβαγαινψα.

3. ζαριττα Σιλα :

Ψαιτυ : μεγγηινδαρι ηαλ-ηαλ ψανγ τιδακ βαικ, σεπερτι : τιδακ βεργαυλ δηνγαν ορανγ φαηατ, τιδακ μελακσανα
καν

ηαλ-ηαλ ψανγ διλαρανγ δαν λαιν-λαιν.

Δ. Πεμβαγιαν Σιλα μενυρυτ φυμλαη λατιηαν.

1. Χυλα Σιλα

Αδαλαη χαρα πεγγενδαλιαν διρι δαρι σεγαλα περβυαταν δαν υχαπαν τιδακ βαικ. *Χυλα σιλα* μερυπακαν σιλα
ψανγ

παλιγγ σεδικιτ φυμλαη περατυραννψα, δαν ψανγ τερμασυκ *Χυλα σιλα* αδαλαη Πανχασιλα Βυδδηισ. (*Λιηατ η
υρυφ*

“P”: *Pancasila*)

2. Majjhima Sila (Sila untuk para samanera dan bhikkhu)

Majjhima sila merupakan sila pertengahan atau sedang dalam jumlah peraturan, beban atau bobotnya. Yang termasuk *Majjhima sila* adalah *Atthasila*, yaitu :

Attha sila 8 (8 macam sila/tata susila) yaitu:

1. **Panatipata Veramani:** Menahan diri dari pembunuhan

2. **Adinnadana Veramani:** Menahan diri dari pencurian

3. **Abrahmacariya Veramani:** Menahan diri dari hubungan kelamin

4. **Musavada Veramani:** Menahan diri dari berdusta

5. **Sura Merayamajja Pamadatthana Veramani :** Menahan diri dari makanan dan minuman yang memabukkan dan ketagihan.

6. **Vikalabhojana Veramani:** Menahan diri tidak akan makan setelah pukul 12.00 tengah hari.

7. **Nacca Gita Vadita Visukadassana Malagandha Vilepana Dharana Mandana Vibhusanattthana Veramani:** Menahan diri tidak akan menari, menyanyi, bermain musik, melihat pertunjukan, memakai bunga-bunga, wangi-wangian, pomade dan perhiasan-perhiasan bersolek lainnya.

8. **Uccasayana Mahasayana Veramani:** Menahan diri tidak akan memakai tempat duduk dan tempat tidur yang mewah.

(**Anguttaranikaya IV. 248**)

Dalam **Samannaphala Sutta**, bagi para Bhikkhu, tidak dibenarkan antara lain melakukan perbuatan yang dapat merusak biji-bijian dan tumbuh-tumbuhan; tidak menimbun makanan dan minuman; tidak menyaksikan pembacaan syair, drama, akrobat, orang mengadu gajah, kerbau, sapi, kambing, domba, kuda, ayam tau burung, tinju, gulat perang-perangan, pawai atau parade; tidak melakukan permainan-permainan; tidak menjadi perantara; tidak berkemat-kamat untuk mengusir setan atau kesialan.

3. Maha Sila (Sila untuk para samanera dan bhikkhu)

Maha sila adalah sila yang besar atau yang banyak dalam hal beban atau bobot serta jumlah peraturannya.

Maha sila dilaksanakan oleh para samanera dan bhikkhu, yaitu Dasasila dan Patimokkha sila.

Dasa sila adalah 10 sila yang harus dilaksanakan, yaitu :

1. **Panatipata Veramani:** Menahan diri dari pembunuhan

2. **Adinnadana Veramani:** Menahan diri dari pencurian

3. **Abrahmacariya Veramani:** Menahan diri dari hubungan kelamin

4. **Musavada Veramani:** Menahan diri dari berdusta

5. **Sura Merayamajja Pamadatthana Veramani:** Menahan diri dari makanan dan minuman yang memabukkan dan ketagihan.

6. **Vikalabhojana Veramani:** Menahan diri tidak akan makan setelah pukul 12.00 tengah hari.

7. **Nacca Gita Vadita Visukadassana Veramani:** Menahan diri tidak akan menari, menyanyi, bermain musik, melihat pertunjukan.

8. **Malagandha Vilepana Dharana Mandana Vibhusanattthana Veramani:** Menahan diri tidak akan memakai bunga-bunga, wangi-wangian, pomade dan perhiasan-perhiasan bersolek lainnya.

9. **Uccasayana Mahasayana Veramani:** Menahan diri tidak akan memakai tempat duduk dan tempat tidur yang mewah.

10. **Jatarupa Rajata patiggahana Veramani:** Menahan diri tidak akan menerima mas dan perak (berarti uang).(khuddakapatha I.1)

Dalam **Samannaphala Sutta**, bagi para bhikkhu tidak mencari penghasilan dengan melakukan ramalan nasib orang dengan melihat garis tangan, meramal mimpi, halilintar, tanda-tanda pada bagian tubuh, gigitan tikus, panjang umur, kalah dan menang, gerhana matahari atau bulan, meteor, hujan, mengucapkan mantra ular, tikus, burung untuk keberuntungan, kesialan, menggugurkan kandungan, untuk membuat orang menjadi tuli, membuat laki-laki bertambah jantan atau impoten, berpraktik seperti dokter bedah dan anak.

Selain sila tersebut didepan, yaitu cara pengendalian diri yang keras dari perbuatan, ucapan dan pikiran, masih terdapat satu lagi cara untuk mengendalikan diri, yang menitik beratkan pada pembersihan batin dengan jalan melaksanakan hidup sebagai seorang pertapa, yaitu latihan "**Dhutanga**". *Dhutanga* merupakan latihan pengendalian diri yang keras dan berat, misalnya seperti hanya makan sekali sehari, tinggal dibawah pohon, hanya memiliki jubah *Ticivara*, tidak membaringkan diri kecuali jalan dan duduk dll. Sebab Sang Buddha menghindari pelaksanaan latihan-latihan yang menyiksa diri atau merusak badan jasmani.

Sila-visuddhi : Kesucian Sila sebagai hasil dari pelaksanaan Sila dan terkikis habisnya Kilesa. (*lihat huruf "V" Visuddhi Magga*).

Sila sikkha : Latihan Moral.

Latihan moral yang meliputi; Ucapan benar, Perbuatan benar dan Mata pencaharian benar.

KELOMPOK : (S 3)

Siloka : Pujian.

Siva : Kebahagiaan.

Somanassa : Menyenangkan.

Sotāpanna : Pemenang arus, Yang telah memasuki arus, tingkat pertama dalam penyelaman Nibbana.

Kebanyakan umat Buddhis berusaha melatih sila dasar dan menjadi sempurna hanya dalam diri orang-orang yang telah mendekati tingkatan *Sotapanna* (*Skt Srotapanna*), dimana kata ini secara harafiah berarti "Pemasuk Arus". Pada tingkatan *Sotapanna*, seorang mendapatkan sekilas pandangan yang pertama atas Nibbana dan mulai menapaki jalan kesucian.

Seorang Sotapanna diyakini telah mematahkan tiga belenggu pertama (Samyutta-Nikaya), yaitu :

1. Sakkayaditthi : Pandangan sesat tentang adanya pribadi, jiwa atau aku yang kekal.

2. Vicikiccha: Keragu-raguan terhadap Sang Buddha dan Ajarannya.

3. Silabbataparāmaṣa : Kepercayaan tahyul bahwa upacara agama saja dapat membebaskan manusia dari penderitaan.

Tetapi Ia belum berhasil membebaskan dirinya dari hawa nafsu. Ia telah terbebas dari kelahiran kembali sebagai makhluk neraka, hantu, binatang, atau asura. Ia dipastikan menjadi Arahāt setelah mengalami kelahiran kembali maksimum tujuh kali lagi (**Anguttara-Nikaya**).

Belenggu pertama dihancurkan dengan penembusan mendalam ke dalam Empat Kebenaran mulia dan Sebab Musabab yang Saling Bergantungan. Belenggu kedua dihancurkan karena ia telah "melihat" dan "terjun ke dalam" Dhamma (Majjhima-Nikaya). Belenggu ketiga dihancurkan karena kendati moralnya murni, namun ia menyadari bahwa itu saja masih belum memadai untuk mencapai Nibbana.

Ada tiga macam Sotapanna :

1. Ekabijī Sotapanna adalah Sotapanna yang akan terlahir kembali sekali lagi.

2. Kolamkola Sotapanna adalah Sotapanna yang akan terlahir kembali dua atau tiga kali lagi.

3. Sattakkhattuparāna Sotapanna adalah Sotapanna yang akan terlahir kembali tujuh kali lagi.

Sotāpatti/(*skt. Srotapatti*) : 1). Memasuki arus, 2). Tingkat kesucian pertama.

Subhakiṇṇha : Alam para Brahma dengan cahaya yang tetap.

Subha : Diinginkan.

Suddhāvāsa : Tempat tinggal yang sejati.

Adalah alam khusus para *Anagami* atau *Yang tak pernah kembali*. Makhluk biasa tidak dilahirkan dalam keadaan ini. Mereka yang mencapai Anagami di alam-alam lain dilahirkan kembali di Tempat tinggal yang sejati ini. Kemudian, mereka mencapai keadaan Arahāt dan hidup di Alam itu sampai masa hidup mereka berakhir.

Ada lima macam Suddhāvāsa, yaitu :

1. Aviha : adalah alam tempat kelahiran kembali para Anagami yang memiliki Saddha atau keyakinan yang kuat.

2. Atappa : adalah alam tempat kelahiran kembali para Anagami yang memiliki Viriya atau semangat yang kuat.

3. Sudassa : Adalah alam tempat kelahiran kembali para Anagami yang memiliki Sati atau perhatian yang kuat.

4. Sudassi : Adalah alam tempat kelahiran kembali para Anagami yang memiliki Samadhi atau meditasi yang kuat.

5. Akanittha : Adalah alam tempat kelahiran kembali para Anagami yang memiliki panna atau kebijaksanaan yang kuat.

Sudassa : Alam yang indah.

Sudra : Kasta ke-empat dalam agama Hindu.

Suggati : Alam bahagia.

Sugata : (gelar) Yang Maha Tahu, Yang telah pergi (ke Nibbāna) dengan baik., Yang berbahagia.

Manusia dan para Dewa memiliki batas usia yang sangat berbeda. Batas usia manusia di alam manusia tidak jelas, sedangkan pada umumnya para dewa mempunyai batas panjang usia rata-rata.

Sukha / Sukkhani : 1). Kebahagiaan, 2). Kesenangan.

Dalam buku Dhamma Vibhaga terdapat 4 pengertian kebahagiaan yang dibagi menjadi dua kelompok.

1. Kayika sukha atau kebahagiaan jasmaniah.

kebahagiaan ini berhubungan dengan indera. Apabila badan berada dalam keadaan sehat, tidak merasa lapar atau haus, tidak menderita penyakit organis, itulah kebahagiaan jasmani. Kita sekarang yang berkumpul

disini tentu sedang mengalami kebahagiaan jasmani.

2. Cetasika sukha atau kebahagiaan bathin.

Kebahagiaan ini merupakan hasil dari sumber-sumber yang ada di dalam bathin. Seseorang dikatakan mengalami kebahagiaan bathin apabila pikiran terserap dalam kegembiraan, apakah karena terpenuhinya keinginan-keinginan indera atau karena telah melakukan suatu perbuatan baik. Contohnya orang yang merasa bahagia setelah berdana.

Kebahagiaan yang pertama dan yang kedua dalam buku Dhamma Vibhaga merupakan satu kelompok. Dan kebahagiaan yang berikutnya tiga dan empat merupakan satu kelompok.

3. Samisa sukha yaitu kebahagiaan dengan mata kail berumpan.

Kebahagiaan ini timbul karena terpenuhinya keinginan-keinginan indera yang tergantung pada hal-hal luar atau benda-benda materi. Disebut kebahagiaan dengan mata kail karena dapat menimbulkan kemelekatan. Contohnya orang yang merasa bahagia ketika mendapat pujian. Orang tersebut akan bahagia apabila ia mengingat-ingat pujian itu. Jika pujian tersebut tidak ada maka kebahagiaannya itu juga tidak ada.

4. Niramisa sukha yaitu kebahagiaan tanpa mata kail berumpan.

Seseorang yang melakukan kegiatan keagamaan dengan meninggalkan keinginan-keinginan inderawi dikatakan mengalami kebahagiaan tersebut. Karena kebahagiaan ini tidak tergantung pada hal-hal luar dan tidak menimbulkan kemelekatan.

Orang mengalami kebahagiaan ini bisa dianalogikan sebagai ikan, kebahagiaannya sebagai umpan dan mata kail sebagai benda-benda materi yang menyebabkan kemelekatan. Ikan yang memakan umpan dengan mata kail akan mengalami kebahagiaan kemudian ia akan mengalami penderitaan karena melekat. Ia tidak tahu bahwa umpan tersebut memiliki mata kail sehingga setelah dimakan mulutnya akan tersangkut mata kail. Sedangkan ikan yang memakan umpan tanpa mata kail akan mengalami kebahagiaan tanpa kemelekatan. Karena di dalam umpannya tidak ada mata kail.

Perlu diingat bahwa kebahagiaan dengan mata kail berumpan menyebabkan kelahiran dan kematian yang terus menerus (tumimbal lahir), sedangkan kebahagiaan tanpa mata kail berumpan dapat menghapus perputaran roda penderitaan.

Setelah mengetahui keempat pengertian kebahagiaan, kita bisa mengidentifikasi diri kita sendiri apakah sedang mengalami kebahagiaan jasmani atau bathin atau kedua-duanya. Kita juga bisa memilih kebahagiaan dengan mata kail berumpan atau kebahagiaan tanpa mata kail berumpan.

Sang Buddha bersabda bahwa ada empat hal yang berguna yang akan dapat menghasilkan kebahagiaan dalam kehidupan duniawi sekarang ini, yaitu:

1. Utthanasampada:

rajin dan bersemangat dalam mengerjakan apa saja, harus terampil dan produktif; mengerti dengan baik dan benar terhadap pekerjaannya, serta mampu mengelola pekerjaannya secara tuntas.

2. Arakkhasampada:

ia harus pandai menjaga penghasilannya yang diperolehnya dengan cara halal, yang merupakan jerih payahnya sendiri.

3. Kalyanamitta:

mencari pergaulan yang baik, memiliki sahabat yang baik, yang terpelajar, bermoral, yang dapat membantunya ke jalan yang benar, yaitu yang jauh dari kejahatan.

4. Samajivikata:

harus dapat hidup sesuai dengan batas-batas kemampuannya. Artinya bias menempuh cara hidup yang sesuai dan seimbang dengan penghasilan yang diperolehnya, tidak boros, tetapi juga tidak pelit / kikir.

Keempat hal tersebut adalah merupakan persyaratan (kondisi) yang dapat menghasilkan kebahagiaan dalam kehidupan duniawi sekarang ini, sedangkan untuk dapat mencapai dan merealisasi kebahagiaan yang akan datang, yaitu kebahagiaan yang dapat terlahir di alam-alam yang menyenangkan dan kebahagiaan terbebas dari yang berkondisi, ada empat persyaratan pula yang harus dipenuhi, yaitu sebagai berikut:

a. Saddhasampada:

harus mempunyai keyakinan, yaitu keyakinan terhadap nilai-nilai luhur. Keyakinan ini harus berdasarkan pengertian, sehingga dengan demikian diharapkan untuk menyelidiki, menguji dan mempraktikkan apa yang dia yakini tersebut. Di dalam Samyutta Nikaya V, Sang Buddha menyatakan demikian: "Seseorang ... yang memiliki pengertian, mendasarkan keyakinannya sesuai dengan pengertian." Saddha (keyakinan) sangat penting untuk membantu seseorang dalam melaksanakan ajaran dari apa yang dihayatinya; juga berdasarkan keyakinan ini, maka tekadnya akan muncul dan berkembang. Kekuatan tekad tersebut akan mengembangkan semangat dan usaha untuk mencapai tujuan.

b. Silasampada :

harus melaksanakan latihan kemoralan, yaitu menghindari perbuatan membunuh, mencuri, asusila, ucapan yang tidak benar, dan menghindari makanan/minuman yang dapat menyebabkan lemahnya kesadaran (hilangnya pengendalian diri). Sila bukan merupakan suatu peraturan larangan, tetapi merupakan ajaran kemoralan yang bertujuan agar umat Buddha menyadari adanya akibat baik dari hasil pelaksanaannya, dan akibat buruk bila tidak melaksanakannya. Dengan demikian, berarti dalam hal ini seseorang bertanggung jawab penuh terhadap setiap perbuatannya. Pelaksanaan sila berhubungan erat dengan melatih perbuatan melalui ucapan dan badan jasmani. Sila ini dapat diintisarikan menjadi '*hiri*' (malu berbuat jahat / salah) dan '*ottappa*' (takut akan akibat perbuatan jahat / salah). Bagi seseorang yang melaksanakan sila, berarti ia telah membuat dirinya maupun orang lain merasa aman, tentram, dan damai. Keadaan aman, tenteram dan damai merupakan kondisi yang tepat untuk membina, mengembangkan dan meningkatkan kemajuan serta kesejahteraan masyarakat dalam rangka tercapainya tujuan akhir, yaitu terealisasinya Nibbana.

c. Cagasampada:

murah hati, memiliki sifat kedermawanan, kasih sayang, yang dinyatakan dalam bentuk menolong makhluk lain, tanpa ada perasaan bermusuhan atau iri hati, dengan tujuan agar makhluk lain dapat hidup tenang, damai,

dan bahagia. Untuk mengembangkan caga dalam batin, seseorang harus sering melatih mengembangkan kasih sayang dengan menyatakan dalam batinnya (merenungkan) sebagai berikut: "Semoga semua makhluk berbahagia, bebas dari penderitaan, ... kebencian, ... kesakitan, ... dan kesukaran. Semoga mereka dapat mempertahankan kebahagiaan mereka sendiri."

d. Panna:

harus melatih mengembangkan kebijaksanaan, yang akan membawa ke arah terhentinya dukkha (Nibbana). Kebijaksanaan di sini artinya dapat memahami timbul dan padamnya segala sesuatu yang berkondisi; atau pandangan terang yang bersih dan benar terhadap segala sesuatu yang berkondisi, yang membawa ke arah terhentinya penderitaan. Panna muncul bukan hanya didasarkan pada teori, tetapi yang paling penting adalah dari pengalaman dan penghayatan ajaran Buddha. Panna berkaitan erat dengan apa yang harus dilakukan dan apa yang tidak perlu dilakukan. Singkatnya ia mengetahui dan mengerti tentang: masalah yang dihadapi, timbulnya penyebab masalah itu, masalah itu dapat dipadamkan / diatasi dan cara / metode untuk memadamkan penyebab masalah itu.

Itulah uraian dari **Vyagghapajja sutta** yang ada hubungannya dengan kesuksesan dalam kehidupan duniawi yang berkenaan dengan tujuan hidup umat Buddha.

Sutta lain yang juga membahas tentang kesuksesan dalam kehidupan duniawi ini, bisa kita lihat pula dalam **Anguttara Nikaya II 65**, di mana Sang Buddha menyatakan beberapa keinginan yang wajar dari manusia biasa (yang hidup berumah tangga), yaitu:

- a) Semoga saya menjadi kaya, dan kekayaan itu terkumpul dengan cara yang benar dan pantas.
- b) Semoga saya beserta keluarga dan kawan-kawan dapat mencapai kedudukan social yang tinggi.
- c) Semoga saya selalu berhati-hati di dalam kehidupan ini, sehingga saya dapat berusia panjang.
- d) Apabila kehidupan dalam dunia ini telah berakhir, semoga saya dapat terlahirkan kembali di alam kebahagiaan (surga).

Keempat keinginan wajar ini, merupakan tujuan hidup manusia yang masih diliputi oleh kehidupan duniawi; dan bagaimana caranya agar keinginan-keinginan ini dapat dicapai, penjelasannya adalah sama dengan uraian yang dijelaskan di dalam Vyagghapajja sutta tadi.

Jadi, jelaslah sekarang bahwa Sang Buddha di dalam ajaran-Nya, sama sekali tidak menentang terhadap kemajuan atau kesuksesan dalam kehidupan duniawi. Dari semua uraian di atas tadi bisa kita ketahui bahwa Sang Buddha juga memperhatikan kesejahteraan dalam kehidupan duniawi; tetapi memang, Beliau tidak memandang kemajuan duniawi sebagai sesuatu yang benar kalau hal tersebut hanya didasarkan pada kemajuan materi semata dengan mengabaikan dasar-dasar moral dan spiritual; sebab seperti yang dijelaskan tadi, yaitu bahwa tujuan hidup umat Buddha bukan hanya mencapai kebahagiaan di dalam kehidupan duniawi (kebahagiaan yang masih berkondisi saja), tetapi juga bisa merealisasi kebahagiaan yang tidak berkondisi, yaitu terbebas total dari dukkha, terealisasinya Nibbana. Maka meskipun menganjurkan kemajuan material dalam rangka kesejahteraan dalam kehidupan duniawi, Sang Buddha juga selalu menekankan pentingnya perkembangan watak, moral, dan spiritual untuk menghasilkan suatu masyarakat yang bahagia, aman, dan sejahtera secara lahir maupun batin; dalam rangka tercapainya tujuan akhir, yaitu terbebas dari dukkha atau terealisasinya Nibbana.

Sukha patipada khippabhinna : Praktek yang mudah dengan kemajuan cepat

Sukhitatta : 1). Berbahagia, 2). Senang.

Suñña / sūnya : 1). Kosong, 2). Suwung.

Susassi : Alam dengan penglihatan tajam.

Sutta /(skt.Sūtra) : 1). Pembahasan, 2). Khotbah, 3). Ceramah, 4). Seutas benang.

Sutta Pitaka : Keranjang Ceramah (kumpulan kotbah Sang Buddha).

Sutta Pitaka ini terdiri dari 5 Kumpulan Buku/koleksi ; yaitu :

1. **Digha Nikaya** : Kumpulan kotbah Panjang.
 2. **Majjhima Nikaya** : Kumpulan kotbah menengah.
 3. **Samyutta Nikaya** : Kumpulan kotbah yang saling berhubungan.
 4. **Anguttara Nikaya** : Kumpulan kotbah yang bertahap-tahap.
 5. **Khuddaka Nikaya** : Kumpulan kotbah yang pendek, **berisi 15 Kitab, yaitu ;**
 - a) **Khuddakapatha** : Kumpulan dari naskah yang pendek.
 - b) **Dhammapada** : Prinsip Ajaran Buddha dalam bentuk syair.
 - c) **Udana** : Ungkapan kebahagiaan.
 - d) **Itivuttaka** : Kotbah yang dimulai dengan "Demikianlah dikatakan".
 - e) **Suttanipata** : Kumpulan kotbah praktek mulia dalam kehidupan sehari-hari.
 - f) **Vimanavatthu** : Kotbah tentang kehidupan di alam surga/bahagia.
 - g) **Petavatthu** : Kotbah tentang kehidupan di alam duka / menderita.
 - h) **Theragatha** : Sajak dari para Bhikkhu.
 - i) **Therigatha** : Sajak dari para Bhikkhuni.
 - j) **Jataka** : Kisah-kisah kelahiran calon Buddha/Bodhisatta.
 - k) **Niddesa** : Kitab tentang uraian Dhamma.
 - l) **Patisambhida Magga** : Analisa ajaran pokok Buddha.
 - m) **Apadana** : Kisah kehidupan para Arahata.
 - n) **Buddhavamsa** : Sejarah kehidupan para Buddha.
 - o) **Cariyapitaka** : Kisah penyempurnaan kebajikan Bodhisatta Sidhatha Gotama.
- Sutamaya pañña** : Kebijaksanaan yang dicapai melalui belajar dan menghafal. Adalah pengetahuan yang didapat secara lisan.
- Suvatti hotu / sukhi hotu** : Semoga berbahagia .

Stupa / dagoba : Tempat meletakkan relik Sang Buddha.

Soka : 1). Penderitaan, 2). Dukacita.

KELOMPOK : (T1)

Tadalambana : Kesadaran yang merekam.

Tāna : Keselamatan.

Tañhā/(skt.trṣṇa) : 1). Nafsu-keinginan, 2). Kehausan, keinginan yang tak habis-habisnya.

Tanha (nafsu keinginan) ; ibarat orang yang sedang minum minuman keras, akibatnya mabuk. Nafsu keinginan ini bisa menimbulkan *upadana* (kemelekatan atau ketagihan).

Terdapat tiga jenis tanhā :

1. Kamatañhā : kemelekatan atas kenikmatan indra.

2. Bhavatañhā : kemelekatan akan kenikmatan indra yang berhubungan dengan pandangan bahwa segala sesuatu bersifat kekal.

3. Vibhavatañhā : kemelekatan akan kenikmatan indra yang berhu-bungan dengan faham nihilisme.

Tanha-tanha ini menampung dan menerima tubuh yang dinamakan khandha. Di bawah adalah penjelasan tentang tanha-tanha tersebut ;

1. Kāmatañhā:

Kamatanha adalah kemelekatan terhadap obyek-obyek yang menghasilkan kenikmatan indra. Obyek-obyek ini bisa berasal dari dalam maupun luar diri. Ketika muncul sesuatu yang indah dan menyenangkan, kalian harus segera mengenali kemelekatan yang berkembang di dalam diri terhadap obyek tersebut. Obyek-obyek yang indah ini bukanlah obyek utama dari kecantikan dan kesenangan.

Saat melihat seorang gadis cantik atau anak laki-laki yang tampan, kalian tidak hanya merujuk kepada gadis atau anak laki-laki yang memiliki wajah yang mempesona itu saja. Tapi juga kepada sesuatu yang menempel sebagai pernak-pernik dari kecantikan atau ketampanan tersebut seperti, pakaian, dan lain-lain.

Saat itu bisa dikatakan kemelekatan telah berkembang. Kemelekatan ini bukan hanya seputar penglihatan dan suara yang menyenangkan, tapi juga pada pernak-pernik yang melekat pada obyek-obyek itu.

Masih tentang kemelekatan. Ketika berbicara tentang rindu pada aroma yang harum, rasa lezat, sentuhansentuhan yang menyenangkan dan bentuk-bentuk khayalan yang indah, atau ketika ingin menjadi manusia, dewa, laki-laki, perempuan, dan lain-lain, keinginan ini berhubungan dengan kesenangan indra. Ini terjadi akibat kontak antara obyek-obyek indra dengan keenam pintu indra.

Avijja, ketidaktahuan, mengakibatkan tanha berkembang. Karena *avijja* ini maka kesunyataan segala fenomena tertutupi. Hal ini berseberangan dengan kebenaran dan membuat munculnya cara berpikir yang salah.

Karena kebenaran tertutupi, kebohongan menjadi cahaya kebenaran. Dengan ini ketidakkekalan dianggap sebagai kekekalan, penderitaan dianggap sebagai kenikmatan, ketiadaan inti yang kekal diakui sebagai adanya inti yang kekal. Karenanya *anatta*, tak ada “diri”, disalah-artikan sebagai *atta* atau “diri”.

Dengan cara pandang semacam ini keburukan dan ketiadaannya disalah mengerti sebagai bermanfaat dan tampak menarik. Saat khayalan menguasai; kemelekatan, *upadana*, muncul. Setelah itu muncul keserakahan. Karena kemelekatan ini kalian berusaha sekeras mungkin untuk mewujudkan keinginankeinginan tersebut.

Setelah itu kalian akan berupaya untuk memperoleh apa-apa yang diinginkan. Berikutnya *kamma*, tindakan, dan *sankhara*, aktifitas kehendak, bermain di dalamnya. Mereka menciptakan *khandha* yang baru. Sehingga, selalu muncul *khandha* yang baru dari satu kehidupan ke kehidupan lain. Ini terjadi karena adanya keinginan yang didorong oleh khayalan-khayalan. Akhirnya, sekali lagi kalian harus memanggul beban *khandha* baru yang sangat berat.

1.1. Nafsu Keinginan yang tak Terpuaskan

Semua orang selalu ingin yang terbaik. Tapi, hal-hal terbaik itu sangat sulit dicapai. Misalnya, seseorang ingin terlahir lagi sebagai laki-laki atau dewa. Namun ia terlahir kembali di tempat yang tidak diinginkannya. Karena dorongan *kamma*, ia justru terlahir lagi di empat alam-alam bawah atau ke alam-alam peta. Bisa jadi ia terlahir lagi ke alam binatang, terlahir kembali sebagai sapi jantan, serigala, ayam atau menjadi seekor cacing.

Hidup ini seperti permainan lotere. Setiap orang yang menyetorkan uang berharap memenangkan sejumlah uang yang sangat besar. Tapi, hanya sedikit orang yang bernasib baik memperoleh uang tersebut. Sebagian dari mereka harus puas dengan hadiah uang yang sedikit. Sementara sisanya tidak mendapat apapun. Jadi, tidak setiap orang bisa memperoleh hadiah utama.

Dengan cara yang sama diketahui tidak setiap makhluk bisa terlahir sebagai seorang manusia atau dewa. Bagi makhluk-makhluk dengan *kamma* baik yang cukup akan terlahir di alam-alam tingkat tinggi. Namun *kamma* baik hanya bisa dikumpulkan melalui berdana, melaksanakan sila dan melatih pikiran. Barang siapa gagal mengumpul-kan kusala *kamma*, *kamma* baik, ia tak bisa terlahir di alam manusia atau alam-alam dewa.

Malah sebaliknya ia akan jatuh ke alam-alam tingkat bawah (neraka), alam binatang atau alam peta.

Seluruh *khandha* yang baru berasal dari *tanha*, kemelekatan, yang menemukan kenikmatan melalui obyekobyek kesenangan. Keadaan ini dikatakan sebagai memanggul beban. Setiap menikmati obyek-obyek indra yang menggiurkan, saat itulah kalian memanggul beban berat dari

khandha. Dengan memanggul beban tersebut, kalian harus membawa dan melayaninya, katakanlah, selama empat puluh, lima puluh atau seratus tahun dari hidup kalian yang berat dan penuh kesulitan ini.

Pernahkan kalian menyadari hal ini sebelumnya? Dengan menyadari hal ini kalian akan melihat kemelekatan terhadap obyek-obyek indra yang kalian rindukan dengan perasaan muak. Kenyataannya kalian akan lebih dari sekedar ngeri saat mengetahui kemelekatan membuat kalian terlahir ke alam-alam binatang dan memikul beban *khandha* binatang. Atau yang lebih buruk dari itu, kalian bisa terjerumus ke alam peta dan memanggul beban *khandha* peta. Sebelumnya telah disebutkan tentang para peta yang menderita akibat perbuatan buruk yang dilakukan atas dorongan nafsu keinginan. Juga telah diceritakan sebelumnya bagaimana nafsu-nafsu keinginan ini secara telak akan mengantarkan kalian ke neraka. Ini sungguh mengerikan.

Raja Ajatasattu memiliki keinginan yang kuat untuk hidup dan menikmati kemewahan sebagai Raja. Ia membunuh ayah kandungnya untuk mewujudkan keinginannya itu. Akibat perbuatan buruknya ini ia jatuh ke alam neraka dan menderita di neraka lohakumbhi. Neraka Lohakumbhi sebelumnya telah dihuni oleh empat pemuda anak orang kaya. Dikisahkan, saat masih menjadi manusia, empat pemuda itu berselingkuh dengan istri orang lain dengan imbalan uang.

Lohakumbhi adalah neraka berbentuk sebuah kawah raksasa, dimana keempat pemuda tersebut direbus dalam cairan besi mendidih. Mereka meluncur ke dasar kawah dan muncul lagi ke permukaan. Hal ini berlangsung terus-menerus. Diperlukan waktu 30.000 tahun bagi masing-masing pemuda itu untuk meluncur dari permukaan ke dasar kawah dan 30.000 tahun lagi naik dari dasar ke permukaan kawah. Jadi, katakanlah, setelah 60.000 tahun keempatnya bisa bertemu pada kesempatan yang sangat singkat di permukaan kawah yang mendidih. Ketika keempat pemuda itu bertemu mereka ingin menceritakan keadaannya yang sangat susah dan menderita. Pada saat itu mereka hanya bisa mengucapkan kata-kata yang tidak lengkap seperti, “du, sa, na dan so”.

Pemuda pertama yang hanya bisa berucap “du” sebenarnya ingin mengatakan, ketika dulu terlahir sebagai manusia ia telah gagal melakukan berbuat baik seperti berdana atau membangun moralitas yang baik. Ia hanya menghabiskan seluruh hidupnya melakukan hal-hal buruk. Pada saat baru saja mau mengatakan maksudnya, ia telah meluncur ke dasar kawah. Pemuda kedua yang baru mulai mengatakan “sa” sebenarnya ingin menceritakan bahwa ia telah lebih dari 60.000 tahun mondar-mandir di neraka. Ia berharap kapan kiranya bisa terbebas dari kawah mendidih ini. Seperti pemuda pertama, sebelum menceritakan maksudnya, ia telah meluncur kembali ke dasar kawah sebelum mampu mengucapkan satu kata pun secara lengkap. Pemuda ketiga juga hanya punya waktu sangat singkat sehingga penggalan kata yang tertangkap hanya suku kata “na” saat tiba di permukaan kawah. Sebenarnya ia bermaksud mengatakan bahwa ia dan temantemannya melihat penderitaan ini tanpa akhir. Hal ini disebabkan saat sebagai manusia dulu mereka hanya melakukan perbuatan buruk.

Dan pemuda terakhir yang meneriakkan suku kata “so” sudah terbenam lagi ke dasar kawah sebelum ia mampu menyelesaikan kata-katanya secara lengkap. Apa yang ingin disampaikan sebenarnya adalah ungkapan penyesalan. Ia berjanji jika terbebas dari alam neraka, akan mempraktekkan dana, menegakkan sila dan melakukan banyak kebajikan lainnya.

1.2. Penyesalan

Mereka, keempat pemuda itu, tak diragukan lagi, penuh penyesalan. Tapi, penyesalan ini tak ada gunanya setelah perbuatan buruk itu berbuah. Karenanya Sang Buddha selalu mengingatkan untuk sepenuhnya sadar pada saat yang tepat.

“O, para bhikkhu, camkan hal ini baik-baik. Waspadalah. Sehingga kamu tidak memiliki penyesalan yang dalam karena telah melakukan perbuatan-perbuatan buruk. Saya telah berulang-ulang mengingatkanmu tentang hal ini”.

Dalam hal ini, seseorang harus awas, tidak kehilangan kewaspadaannya. Seseorang bisa menjadi tidak awas saat dirinya dipenuhi obyek-obyek indrawi yang gemerlapan. Sang Buddha telah mengingatkan untuk tidak tergila-gila pada obyek-obyek tersebut. Hanya ketika menjadi tua, sudah dekat dengan kematian, terlahir kembali di alam binatang, peta atau alam neraka, kalian baru merasa menyesal karena tidak mempraktekkan dhamma saat masih muda, kuat dan sehat dulu. Penyesalan sungguh tidak berguna. Dalam keadaan semacam itu, tak ada satupun hal yang bisa dilakukan untuk merubahnya. Saat ini, kalian masih memiliki kesempatan untuk mempraktekkan vipassana, meditasi pandangan terang, maka segeralah lakukan.

Para bhikkhu maupun umat awam harus bersungguh-sungguh memperhatikan kata-kata Sang Buddha dan mematuhi nasehat beliau. Saat ini kalian tengah menikmati hidup. Tapi untuk berapa lama? Setelah meninggalkan masa muda dan memasuki usia tua, yang hanya berlangsung sekitar 40 atau 50 tahun, kalian ternyata hanya melayani khandha-khandha tersebut. Jika selama masa itu hidup kalian tidak ditunjang oleh perbuatan-perbuatan baik dan hanya sibuk melakukan perbuatan buruk, maka perbuatan buruk tersebut akan mengirim kalian ke neraka.

Adapun keempat pemuda putra orang kaya yang berada di kawah mendidih hidup dengan sangat menderita. Mereka hanya bisa berteriak “du, sa, na dan so”, menderita selama ribuan tahun dalam satu kali putaran kehidupan. Jadi, perbuatan buruk, akusala kamma, bisa mengantarkan kalian pada akhir yang sama dengan mereka di kawah mendidih neraka lohakumbhi. Ingatlah juga nasib para peta, makhluk-makhluk yang telah diceritakan sebelumnya.

Para makhluk yang masih menderita di alam-alam bawah atau di alam peta semasa masih jadi manusia telah lupa melakukan perbuatan-perbuatan bajik seperti berdana dan mempraktekkan sila. Apabila dalam kehidupan saat ini kalian gagal mempraktekkan dhamma untuk meraih “jalan” dan “buah” (magga dan phala), kalian hanya memberikan saluran dari nafsu-nafsu keinginan. Bila demikian siapa yang bisa menjamin kalian tidak akan pergi ke empat alam-alam tingkat bawah setelah meninggal nantinya?

Saat ini adalah kesempatan bagi kalian untuk mengambil manfaat dari ajaran Sang Buddha. Karena ajaran beliau masih bisa dinikmati. Gunakanlah kesempatan ini untuk mempraktekkan dana, sila, bhavana, khususnya vipassana. Melakukan hal ini merupakan tindakan tepat. Berkenaan dengan ini ada kalimat yang digubah oleh seorang Sayadaw dalam menggambarkan pengalamannya.

“O tubuh, saya bukanlah budakmu, bukan juga hambamu. Saya telah memetik keuntungan dari ajaran Sang Buddha. Saya tak akan berlama-lama lagi memelihara dan memberimu makan”.

Sebelum masa Sang Buddha, saat ajaranNya belum disampaikan, orang-orang memelihara dan memberi makan tubuhnya menurut apa yang didiktekan oleh keinginan tubuh tersebut. Tapi Sang Buddha mengatakan bahwa tubuh yang merupakan khandha adalah suatu beban, beban yang sangat berat. Bahwa khandha-khandha itu tak pernah bisa terpuaskan, sebanyak apapun yang diberikan kepadanya. Tubuh tak bisa melakukan apapun pada saat kritis karena sifatnya yang tidak kekal. Dan, memanggul mereka berarti penderitaan yang tak terkatakan sepanjang lingkaran kehidupan.

Tubuh menuntut kalian agar tunduk pada harapan dan keinginan-keinginannya serta membalik pikiran dari praktek dhamma. Mengapa tubuh begitu penuntut? Bagian kedua dari kata-kata Sayadaw tersebut memberi kalian jawaban. "Saya telah memberi makan engkau dan tetap saja aku menderita yang tak terperi dalam lingkaran samsara tak berkesudahan ini."

Kalian telah memberikan apa yang tubuh inginkan dan harapkan. Ketika kalian diperintah untuk pergi, kalian pergi, berbicara, kalian berbicara, mencari makanan baginya, kalian lakukan.

Ini berarti kalian adalah pelayan bagi tubuh. Sebagai pelayan ada kemungkinan kalian telah menyelesaikan tugas dengan setia dan patuh. Ini sungguh menakutkan. Namun tidak secara keseluruhan ini buruk. Ada kemungkinan baik. Bila dalam melayani tubuh kalian melakukan tindakan-tindakan buruk, seperti mencari nafkah dengan tidak jujur, sebagai akibatnya kalian akan berputar-putar di lingkaran samsara yang tak berkesudahan, menderita, baik di alam-alam tingkat bawah, di alam binatang atau di alam peta.

Misalnya, kalian telah mengisi hidup dengan berbohong, menipu, mencuri atau membunuh. Bahkan kalian telah memfitnah pihak lain hanya untuk memperoleh keuntungan dari kekacauan yang diciptakan. Semua perbuatan ini adalah akusala dhamma. Perbuatan-perbuatan buruk yang akan membangun jalan setapak ke neraka.

Bila berhasil menghindari perbuatan buruk, maka kalian akan terlahir di alam manusia atau dewa. Meski demikian, manusia maupun dewa dapat menderita oleh keinginan terlahir kembali menjadi makhluk seperti yang diharapkan.

1.3. Penderitaan Menurut Kacamata Orang Bijaksana dan Para Yogi

Sejauh ini penderitaan digambarkan dalam hubungannya dengan pengalaman-pengalaman yang dialami manusia biasa. Bagi para yogi dan orang bijaksana, meski manusia, dewa atau brahma tampak memiliki kehidupan yang bahagia, mereka tetap subyek dari dukkha, penderitaan.

Dalam dunia manusia, meskipun seseorang merasa dirinya sangat bahagia, sesungguhnya ia terbebani oleh khandha-nya. Dimana khandha-khandha ini harus dirawat dan diberi makan sepanjang hidup. Melakukan hal ini adalah penderitaan.

Penderitaan ini akan lebih kelihatan saat ia jatuh sakit. Manusia lain yang tak ada hubungan dengannya, tak akan mau merawatnya. Mungkin saja ia mempekerjakan seorang perawat untuk menjaga dan memberinya perhatian. Namun agak diragukan jika perawat ini bisa memperhatikannya sepanjang hari dalam jangka waktu yang panjang sekalipun diberi upah yang besar.

Kalau kalian membicarakan kehidupan para dewa, akan sulit menceritakannya secara tepat karena kalian tak pernah melihat mereka. Namun mengingat para dewa itu juga menikmati kehidupan indrawi, maka mereka pun memiliki dukkha berkaitan dengan keinginannya menikmati kesenangan indra tersebut.

Raja para dewa dikenal sebagai sesosok dewa yang memiliki banyak pelayan perempuan. Tapi ada saat-saat ia tak dapat menikmati semua keinginan dan hasratnya sepanjang waktu. Bila keinginan dan hasrat tersebut tak terpenuhi, maka ia pun akan merasa menderita.

Para brahma tidak hidup dalam kenikmatan indra. Meski begitu, mereka menghadapi permasalahan dengan keadaan aktifitas kemauan atau sankhara yang membuat mereka sibuk menghabiskan waktu dengan berpikir begini atau begitu. Inilah beban khandha yang mereka bawa.

Seorang yogi atau orang bijaksana melihat keadaan ini sebagai dukkha atau penderitaan. Bayangkan seseorang yang hanya duduk sepanjang hari tanpa melakukan apapun. Ia akan merasa jemu. Apabila ada orang yang hanya duduk dan merenung selama sebulan penuh, ia juga akan menderita. Lantas apa yang akan kalian katakan tentang para brahma yang "duduk" selama ribuan tahun tanpa melakukan apapun kecuali melakukan perenungan. Perenungan ini bisa berlangsung selama ber-kalpa-kalpa lamanya. Inilah yang dinamakan sankhara dukkha, penderitaan yang berhubungan dengan aktifitas batin.

Bila para brahma ini meninggal sekali lagi ia akan memasuki alam manusia. Di alam ini sudah menantinya seluruh penderitaan khas manusia. Jika keadaannya tidak memungkinkan, meski brahma bisa terlahir lagi sebagai seekor binatang, peta atau ia bisa meluncur turun ke alam neraka, alam kehidupan yang terburuk. Mengetahui hal ini seorang yogi atau orang bijaksana tidak berhasrat untuk menjadi brahma. Karena brahma pun punya peluang untuk memikul lima khandha yang akan bermuara pada dukkha. Maka para arahat di malam parinibbana-nya melakukan perenungan yang diungkapkan dengan kata-kata demikian:

"Untuk berapa lama lagi saya akan memikul beban khandha yang membuahakan penderitaan?...*Kiwa ciram nukho ayam dukkhabaro vahitabho?*"

2. Bhavatanhā

Setelah membahas panjang lebar tentang kama tanha sekarang waktunya membahas bhavatanha. Ada dua pandangan salah tentang kehidupan manusia. Yang pertama disebut sassata ditthi, cara pandang kekekalan. Sementara yang satunya lagi dinamakan uccheda ditthi, cara pandang nihilisme.

Bhavatanha, kemelekatan atau kemelekatan untuk menjadi, tumbuh dan bergabung dengan cara pandang adanya kekekalan yang beranggapan bahwa kesenangan tidak bisa dihancurkan karena substansi hidup yang ada di dalam diri bersifat kekal. Dalam pandangan ini, badan jasmani bisa saja lapuk atau hancur. Tapi, "jiwa" di dalamnya tetap hidup dan akan berpindah dari satu tubuh ke tubuh lain. Setelah kematian "jiwa" akan berpindah dan bersemayam di tubuh yang baru. Begitulah proses keberadaan yang akan berlangsung terus-menerus.

Alam raya bisa saja hancur tapi "jiwa-jiwa" dari makhluk hidup tetap hidup. Jiwa tetap ada selamanya. Jiwa bersifat kekal dan tak terhancurkan. Ajaran ini yang paling populer di dunia. Orang-orang yang berpegang pada pandangan ini beranggapan jika seseorang meninggal dunia ia akan terlahir di alam surga. Ia akan hidup kekal di tempat ini. Disisi lain ada kemungkinan juga ia akan jatuh di alam neraka dan hidup kekal pula di tempat ini sesuai dengan kehendak tuhan.

Kelompok yang lain lebih suka percaya bahwa "jiwa" seseorang berpindah dari satu tubuh ke tubuh yang lain dan memperbaharui "diri" menurut bekerjanya kamma mereka. Sementara kelompok yang lainnya lagi percaya bahwa hidup telah dikodratkan dan tak bisa diubah. Suatu waktu ia akan pergi menuju ke kekekalan

sesuai kodratnya. Secara jelas disebutkan oleh cara pandang ini bahwa “substansi” yang bersemayam di dalam diri bersifat kekal. Inilah bentuk-bentuk pemikiran sassa ditthi. Dibawah anggapan kelompok ini hidup layaknya seperti seekor burung yang hinggap dari satu pohon ke pohon lain.

Sebagaimana sebuah pohon tua yang menunggu keluruhannya sambil menanti anak pohonnya tumbuh. Jadi, saat meninggal jasmani akan hancur, sementara “zat hidup” bergerak keluar dan menuju ke jasmani barunya. Di bawah pengaruh bhavatanha yang didukung oleh konsep kekekalan seseorang terpuaskan dengan beranggapan bahwa atta, “diri”, berada di dalam dirinya secara tetap. Ia begitu percaya diri dan merasa bahwa yang ada di dalam dirinya adalah “dirinya” sendiri. Hal-hal yang ia nikmati sekarang bisa juga dinikmatinya di masa yang akan datang. Disini, kemelekatan kepada semua yang dilihat, didengar, dibau, dicicip, disentuh dan dipikirkan tumbuh lebih kuat dan semakin kuat dari satu keberadaan ke keberadaan yang lain. Ia tak hanya bisa menikmati obyek-obyek indra yang dinikmatinya saat ini. Tapi, ia pun berharap bisa menikmati hal yang sama di masa yang akan datang. Biasanya, setelah memiliki kehidupan yang bahagia sebagai manusia ia memimpikan lebih dari itu. Ia berharap bisa hidup lagi dan terlahir sebagai dewa yang berbahagia. Itulah proses berkembangnya keinginan. Sementara kelompok lain ingin terlahir sebagai pria di seluruh kelahirannya. Dan kelompok lainnya lagi ingin terlahir sebagai perempuan. Semua keinginan-keinginan ini ada akibat bekerjanya bhavatanha. Lebih jauh, bhavatanha rindu akan kenikmatan indrawi yang berakar dari konsep adanya kekekalan jiwa.

3. Vibhavatanhā

Secara jelas telah diterangkan di atas bahwa uccheda ditthi adalah suatu pandangan yang menyakini tidak adanya kehidupan apapun setelah kematian. Segala sesuatu berakhir setelah kematian. Inilah pandangan salah yang dibabarkan oleh pertapa Ajita, seorang pertapa yang sangat terkenal dimasa kehidupan Sang Buddha. Inti cara pandang ini adalah; individu terbuat dari unsur-unsur atau elemen-elemen utama yakni tanah, air, api dan udara. Setelah meninggal elemen air mengalir ke dalam massa air. Elemen api berubah menjadi panas. Elemen udara mengalir bersama massa udara. Semua organ indra seperti penglihatan, pendengaran, pengecap, pembau, peraba dan indra pemikir lenyap ke angkasa. Saat individu, apakah ia orang bijaksana atau orang bodoh meninggal, maka tubuhnya akan hancur dan lenyap. Tak ada yang tersisa setelah kematian. Sewaktu berada di dalam jasad hidup, elemen tanah merubah diri ke dalam bentuk keras dan lunak. Tapi, ketika tubuh mati maka elemen tanah akan pergi dan menyatukan dirinya dengan tanah kembali. Diluar tubuh elemen tanah menjadi materi tanah, pathavi rupa, dimana pohon-pohon dan tanaman lain tumbuh di atasnya. Di sisi lain, elemen air pada tubuh yang telah mati diasumsikan menjadi basah dan mencair ke dalam materi air.

Konsep nihilisme dari cara pandang Ajita tak mengenal adanya kesadaran. Semua kemampuan melihat, mendengar, dan lain-lain terkondisi oleh keadaan. Ketika menunjuk kepada kemampuan ini mereka menggunakan istilah organ-organ indra. Lebih jauh, saat seseorang meninggal, seluruh materinya lenyap. Sementara itu, kemampuan indranya menguap ke angkasa. Tak peduli siapapun yang mati, apakah orang bijaksana atau orang bodoh, keberadaannya akan “terputus” atau “habis”.

Sewaktu orang bodoh meninggal dunia, tak akan ada kelahiran kembali sehingga ia tak perlu bertanggungjawab terhadap akusala kamma-nya atau perbuatan buruknya. Begitu juga dengan orang bijaksana yang meninggal dunia, tak ada kamma baik yang berhubungan lagi dengan dirinya. Inilah cara pandang pertapa Ajita yang terlihat menarik bagi mereka yang suka melakukan perbuatan buruk. Orang-orang ini menemukan landasan yang kuat untuk tak melakukan perbuatan baik. Sebab mereka beranggapan tak ada kehidupan setelah kematian. Argumentasi mereka adalah bahwa hanya ada hidup sebelum kematian. Bila memang demikian, pertanyaan lebih lanjut adalah: “Apa itu hidup sebelum kematian?”

Jawabnya, menurut kepercayaan Ajita dan pengikutnya, adanya atta (diri) yang hidup atau satta (keberadaan). Walau pandangan ini mempercayai adanya empat elemen utama, atta atau satta tetap ada. Inilah kemelekatan terhadap adanya sesuatu yang suci di dalam diri. Bagi kelompok orang yang percaya akan pandangan ini beranggapan bahwa tak perlu membuang-buang waktu untuk melakukan perbuatan baik sebagai bekal dalam hidup mendatang. Karena keberadaan yang akan datang itu tidak ada. Sehingga mereka umumnya memenuhi hari-harinya dengan menikmati kesenangan sebanyak-banyaknya dalam satu kehidupan ini. Karena hanya kehidupan satu-satunya inilah yang mereka miliki.

Kemelekatan yang muncul dari cara pandang ketidakberadaan semacam ini dinamakan vibhavatanha. Kelompok ini memperkenalkan gaya hidup penuh kenikmatan dan kesenangan karena semuanya akan lenyap setelah kematian. Secara alami kelompok ini memiliki banyak pengikut terdiri dari orang-orang yang suka melakukan perbuatan buruk, tak memiliki moral dan enggan mengumpulkan kebajikan. Karena tak ada apapun lagi setelah kematian, maka tak ada kebutuhan untuk mengumpulkan kebajikan. Mereka yang bersandar pada cara pandang ini tak suka dengan gagasan bahwa hidup akan secara konstan terbaharui. Dan ada akibat dari kamma baik dan kamma buruk yang mengikuti mereka seperti bayangan.

Jika tak ada kehidupan baru setelah kematian semua perbuatan buruk mereka akan berakhir dengan berakhirnya keberadaan. Orang-orang ini tak perlu bertanggungjawab terhadap semua perbuatannya, baik atau buruk. Karena perbuatan buruk yang mereka lakukan akan terhapus ketika mereka meninggal. Demikian juga semua perbuatan baik akan terhapus setelah meninggal dunia. Penganut vibhavatanha menemukan kepuasan pada pandangan tentang kehancuran total.

Seseorang yang terikat dengan gagasan ini selalu bergerak untuk menikmati semua kesenangan hidup tanpa adanya pengekan terhadap semua hal-hal buruk. Melakukan semua kenikmatan hidup saat ini serupa dengan menerima khandha-khandha yang akan muncul dalam kehidupan mendatang. Perbuatan buruk yang terkumpul pada kehidupan ini adalah akusala kamma. Saat kematian mereka akan berhadapan dengan perbuatan buruknya dan dilekati olehnya. Digambarkan, mereka akan diterangi oleh kamma-kamma-nya sehingga akan muncul khandha yang baru.

Kemelekatan semacam ini berlangsung terus-menerus dan dalam waktu yang tak terhitung sehingga

keberadaan yang baru tak bisa dihindarkan. Di sisi lain cara pandang nihilisme ini tak bisa dipertahankan. Ada ilustrasi yang bisa diberikan di sini. Biasanya seorang dokter menganjurkan agar pasiennya yang sedang sakit tak diberikan makanan yang akan mengganggu kesehatannya. Tapi, pasien bersangkutan justru tak bisa menahan diri. Ia tetap mengonsumsi makanan-makanan pantangan itu. Akibatnya, kondisi kesehatannya semakin buruk. Mungkin saja ia akan menghadapi kematian.

Orang yang melekat dengan cara pandang uccheda ditthi seperti pasien bandel di atas. Meski ia percaya tak ada keberadaan apapun setelah kematian, kemelekatannya akan obyektif-obyektif yang menyenangkan begitu kuat. Sehingga sekali lagi ia akan “menjadi”, apapun cara pandangnya. Setelah itu keberadaannya yang baru akan sangat sulit dan keras karena ia tak pernah melakukan perbuatan baik sebelumnya. Perlu diingat, setiap perbuatan buruk akan menghasilkan akibat buruk. Atau dengan kata lain, dari setiap perbuatan buruk akan muncul suatu reaksi yang buruk pula.

Cara pandang ini menjadi fondasi bagi tumbuhnya rasa mementingkan diri sendiri. Dalam hal ini tak ada tempat untuk menghormati keberadaan pihak lain. Biarkan yang lain meninggal dan ia tetap hidup. Dengan cara pandang ini ia tak punya rasa cemas atau penyesalan terhadap perbuatannya yang menyakiti pihak lain. Yang dikembangkan hanya perbuatan-perbuatan buruk. Dengan cara hidup demikian ia tak akan memiliki harapan apapun kecuali akan terlahir dalam bentuk keberadaan yang rendah dan buruk pada kehidupan mendatang.

Sekali lagi, vibhavantha adalah kemelekatannya atas obyektif-obyektif indra dalam satu kehidupan dimana ia percaya tak akan ada hari esok. Seseorang yang dilekati oleh jenis kemelekatannya semacam ini akan menggali kenikmatan tanpa adanya pengekangan di dalamnya. Apa yang ia percayai adalah keyakinan yang membahagiakan bahwa semua makhluk akan lenyap atau habis setelah kematian. Sehingga seseorang tak perlu sibuk melakukan perbuatan baik dan buruk selama hidupnya.

Sekarang izinkan saya mengatakan sekali lagi tentang segala sesuatu yang telah dijelaskan sebelumnya:

- Apakah beban yang berat itu? Khandha-khandha adalah beban yang berat.
- Siapa si pembawa beban yang berat itu? Individu yang terdiri dari khandha-khandha adalah si pemanggul beban yang berat itu.
- Siapa yang menerima beban yang berat untuk dipanggul? Tanha adalah si penerima beban yang berat untuk dipanggul.

Tanhākkhaya : Terhentinya “kehausan”, sinonim dari Nibbana, padamnya nafsu keinginan.

Tapa : 1). Latihan moral, 2). sangat sederhana, kesederhanaan.

Tathatta : Keadaan yang demikian, kebenaran mutlak, Nibbāna.

Tathāgata : Sinonim untuk Sang Buddha.

Tatha = kesunyataan; **Agata** = yang datang dan yang pergi, Ia yang telah datang, Ia yang telah pergi.

Tatratatrābhīnandini : Kenikmatan baru disana-sini.

Tāvātimsa : Alam surga dari tiga puluh tiga Dewa (lihat huruf “T” : *Tiloka /Triloka*).

Dewa di alam Tāvātimsa memiliki usia rata-rata 1.000 TS. Sehari semalam di alam Tāvātimsa sama dengan 100 tahun di alam manusia.

Tejo-dhātu : Unsur api atau panas.

Tevijja : Yang memiliki Tida pengetahuan.

Tihetuka : Tiga akar.

Thera/(skt.Sthavira) : Seorang Bhikkhu yang mempunyai sepuluh vassa (sepuluh tahun menjadi Bhikkhu).

Theri : Bhikkhuni Senior.

Theravada : Agama Buddha yang dianut di Srilanka, Burma, Thailand, Laos, Kamboja; yang mempelajari agama Buddha dari kitab Tipitaka, ajaran para sesepuh

Thina/(skt.styāna) : Kemalasan.

Thina-middha : Kemalasan dan kelambanan/kelesuan.

Tipitaka/(skt.Tripitaka) : Kitab suci agama Buddha

Apa arti Tipitaka ?

Tipitaka secara harafiah berarti Tiga Keranjang, yaitu kumpulan ajaran Sang Buddha yang terdiri atas Vinaya Pitaka yang berisikan peraturan kebhikkhuan, Sutta Pitaka yang berisikan khotbah-khotbah Sang Buddha dan Abhidhamma Pitaka yang berisikan ajaran Sang Buddha yang disusun secara sistematis. Tipitaka disusun oleh siswa-siswa Sang Buddha setelah wafatnya Sang Buddha.

Tipitaka terdiri dari :

I. Vinaya, berisi tata-tertib dan aturan-aturan.

II. Sutta, berisi khotbah dan pembahasan-pembahasan

III. Abhidhamma, berisi hal-hal yang berhubungan dengan metafisika.

Struktur Kitab Suci Tipitaka

(Tiga kelompok Ajaran Buddha)

I. VINAYA PITAKA (Peraturan/ Disiplin Bhikkhu/ Bhikkhuni)

Vinaya Pitaka ini terdiri dari 5 Buku ; yaitu :

1. Parajika : Peraturan / disiplin berat.

2. Pacittiya : Peraturan / disiplin ringan.

3. Mahavagga : Bagian yang lebih besar.

4. Cullavagga : Bagian yang lebih kecil.

5. Parivara : Formasi peraturan / disiplin .

II. SUTTA PITAKA (Kumpulan kotbah Sang Buddha)

Sutta Pitaka ini terdiri dari 5 Kumpulan Buku/koleksi ; yaitu :

1. Digha Nikaya : Kumpulan kotbah Panjang.

2. Majjhima Nikaya : Kumpulan kotbah menengah.

3. Samyutta Nikaya : Kumpulan kotbah yang saling berhubungan.

4. **Anguttara Nikaya** : Kumpulan kotbah yang bertahap-tahap.
5. **Khuddaka Nikaya** : Kumpulan kotbah yang pendek, berisi 15 Kitab, yaitu :
 1. **Khuddakapatha** : Kumpulan dari naskah yang pendek.
 2. **Dhammapada** : Prinsip Ajaran Buddha dalam bentuk syair.
 3. **Udana** : Ungkapan kebahagiaan.
 4. **Itivuttaka** : Kotbah yang dimulai dengan “Demikianlah dikatakan”.
 5. **Suttanipata** : Kumpulan kotbah praktek mulia dalam kehidupan sehari-hari.
 6. **Vimanavatthu** : Kotbah tentang kehidupan di alam surga/ bahagia.
 7. **Petavatthu** : Kotbah tentang kehidupan di alam duka / menderita.
 8. **Theragatha** : Sajak dari para Bhikkhu.
 9. **Therigatha** : Sajak dari para Bhikkhuni.
 10. **Jataka** : Kisah-kisah kelahiran calon Buddha/Bodhisatta.
 11. **Niddesa** : Kitab tentang uraian Dhamma.
 12. **Patisambhida Magga** : Analisa ajaran pokok Buddha.
 13. **Apadana** : Kisah kehidupan para Arahata.
 14. **Buddhavamsa** : Sejarah kehidupan para Buddha.
 15. **Cariyapitaka**: Kisah penyempurnaan kebajikan Bodhisatta Siddhata Gotama.

III. ABHIDHAMMA PITAKA

(Uraian Metafisik, Filsafat/Ilmu Jiwa, Kebenaran Mutlak)

Abhidhamma Pitaka ini terdiri dari 7 Buku, yaitu :

1. **Dhammasangani** : Klasifikasi Dhamma .
2. **Vibhanga** : Analisis kebenaran tertinggi .
3. **Dhatukatha** : Kotbah tentang unsur-unsur.
4. **Puggala Pannati** : Kitab tentang individual.
5. **Kathavatthu** : Pemurnian doktrin Buddha Dhamma.
6. **Yamaka** : Kitab tentang hal-hal yang berpasangan.
7. **Patthana** : Kitab tentang sebab yang berhubungan.

Tilakkhāṇa : Tiga corak umum

Apa arti Tilakkhāṇa ?

Tilakkhāṇa berarti Tiga Corak Alam, yaitu bahwa segala sesuatu yang tercipta adalah tidak kekal (*anicca*), bahwa segala sesuatu yang tercipta adalah penderitaan (*dukkha*) dan bahwa segala sesuatu yang tercipta ataupun tidak tercipta adalah tanpa aku yang kekal (*anatta*).

Hukum Tiga Corak Kehidupan (Tilakkhāṇa)

Hukum mengenai tiga Corak kehidupan ini terdiri dari 3 (tiga) rumusan, yaitu :

1. Sabbe Sankhara Anicca

Segala sesuatu yang terkondisi selalu berubah

2. Sabbe Sankhara Dukkha

Segala sesuatu yang terkondisi tidak memuaskan

3. Sabbe Dhamma Anatta

Segala sesuatu yang terkondisi maupun yang tidak terkondisi adalah tiada inti diri

Tiracchāṇa : Binatang.

Tiracchāṇa-yoni : Kelahiran sebagai binatang, Alam Binatang (*lihat huruf “T” : Tiloka / Triloka*).

Tiloka/(Skt. Triloka) : Tiga Kelompok Alam, yang terdiri dari 31 Alam Kehidupan makhluk.

Triloka terdiri dari : Kamaloka, Rupaloka dan Arupaloka

A). Kamaloka

Adalah alam kehidupan dari makhluk-makhluk yang masih menyenangkan dan dikuasai atau dipengaruhi oleh pemuasan nafsu indera. Nafsu indera muncul melalui enam indera yaitu : mata, telinga, hidung, lidah, permukaan jasmani (kulit) dan pikiran. Kamaloka terdiri atas 11 Alam Kehidupan yaitu 4 Alam Apaya dan 7 Alam Kamasugati.

Empat Alam Apaya terdiri dari :

1. Niraya -bhūmi: Alam Neraka

Suatu keadaan yang menyedihkan , tempat para makhluk semata-mata mengalami rasa sakit, kesakitan yang mereka alami bukan jasmaniah, tapi adalah rasa takut, khawatir, tertekan dan penyesalan mendalam.

Seseorang dapat terlahir di alam ini, karena melakukan pembunuhan Ibu, ayah, arahata, melukai Sang Buddha, memecah belah Sangha, membunuh orang atau makhluk lain. Ringkasnya karena melakukan banyak perbuatan berdasarkan para dosa, termasuk lobha dan Moha.

Niraya terkenal juga sebagai Neraka, tetapi bukan neraka yang kekal di mana para makhluk menderita tanpa akhir. Setelah habisnya Kamma buruk ada suatu kemungkinan bagi makhluk-makhluk yang lahir dalam keadaan semacam ini untuk dilahirkan kembali dalam keadaan yang penuh kebahagiaan sebagai hasil dari perbuatan-perbuatan baik mereka yang lampau.

2. Tiracchāṇa-bhūmi : Alam Binatang

Termasuk semua hewan menyusui, burung-burung, ikan, binatang melata dan serangga. Pada alam binatang; perasaan setia, mengasihi, berkorban dan sebagainya hampir tidak ada lagi, unsur pendorong utama dalam kehidupan mereka adalah sekadar naluri makan, seks dan mempertahankan hidup. Karenanya, binatang saling memangsa tanpa cinta-kasih atau welas asih, tanpa mengharapkan bantuan atau simpati dari yang lainnya.

Seseorang yang terlahir di alam ini karena melakukan perbuatan yang didasarkan pada Moha. namun kelahiran di alam ini dapat juga disebabkan oleh perbuatan yang disebabkan oleh dosa dan Moha.

Umat Buddha percaya bahwa makhluk-makhluk dilahirkan sebagai binatang karena Kamma buruk.

Bagaimanapun, ada kemungkinan bagi binatang-binatang dilahirkan sebagai manusia akibat Kamma baik

yang ditimbun dimasa lampau. namun kadang-kadang binatang tertentu seperti anjing dan kucing, hidup dalam kehidupan yang lebih menyenangkan jika dibandingkan dengan beberapa manusia dikarenakan Kamma baik mereka di masa lampau. Kamma seseoranglah yang menentukan sifat dari bentuk wujud seseorang yang berbeda-beda menurut kebajikan atau ketidakbajikan tindakan seseorang.

3. Peta-bhūmi : Alam Setan

Makhluk-makhluk yang telah meninggal dan tanpa kebahagiaan samasekali, setan atau hantu.

Adalah alam makhluk yang batinnya senantiasa tersiksa oleh kerinduan dan perasaan frustrasi karena tidak mendapatkan yang diinginkan, mereka senantiasa mengembara mencoba memuaskan lapar. Mereka bukanlah arwah atau setan yang tidak berwujud. Mereka memiliki bentuk tubuh yang cacat yang besarnya bermacam-macam, pada umumnya tidak terlihat dengan mata telanjang. Mereka tidak memiliki alam sendiri, tetapi tinggal di hutan-hutan, lingkungan yang kotor dan lain-lain.

Seseorang dapat terlahir di alam ini karena melakukan banyak perbuatan yang didasarkan pada Lobha. tetapi perbuatan yang didasarkan pada Moha dan Dosa dapat pula menyebabkan kelahiran di Alam Peta.

Ada empat macam Peta (didalam Kitab Petavatthu-Aṭṭhakathā), yaitu;

1. Kālakañcika : Setan yang sejenis Asura

2. Khupapipāsika : Yangselalu kelaparan dan kehausan

3. Nijjhāmatanhiḱā : yang selalu kepanasan.

4. Paradattūpajivika : Yang hidup dari memakan makanan yang disuguhkan orang dalam upacara sembahyang.

Seperti dinyatakan dalam *Tirokudda Sutta*, Peta Paradattūpajivika ini adalah Peta yang bila “ ia ikut berbahagia (mudita) terhadap perbuatan baik yang dilakukan oleh keluarganya (manusia) atas namanya”, maka ia dapat terlahir di alam yang lebih baik atau menyenangkan. Karena ia ikut berbahagia (mudita), maka ia telah melakukan perbuatan baik (kusala kamma), walaupun karma ini kecil namun sangat membanting peta ini untuk terbebas dai kehidupannya sebagai peta, untuk terlahir kembali di alam yang lebih baik. Jadi Peta ini tertolong oleh karmanya sendiri yang dibuatnya pada pikirannya dengan memunculkan mudita.

4. Asura-bhūmi : AlamRaksasa Asura

Raksasa, Yaksa, Naga, Siluman, Gandharva, Jin dan sebagainya (termasuk kelompok iblis dan Mara).

Secara harafiah, berarti mereka yang tidak bercahaya. Mereka juga termasuk kelompok makhluk yang tidak berbahagia yang mirip dengan para Peta. Mereka harus dibedakan dari Asura yang menentang para Dewa.

Seseorang dapat terlahir di alam ini karena melakukan banyak perbuatan yang didasarkan pada Lobha. tetapi perbuatan yang didasarkan pada moha dan Dossa dapat pula menyebabkan kelahiran di alam Asura .

Kata "asura" diterjemahkan sebagai roh-roh halus yang melakukan pelatihan bhavana dan masih belum memperoleh hasil yang tepat di dalam latihannya tetapi telah memiliki unsur-unsur kekuatan metafisika / gaib yang telah dicapai saat melakukan latihan bhavananya tersebut. Bahkan beberapa asura memiliki kekuatan yang melebihi dewa maupun manusia, tetapi ada juga yang kekuatannya bahkan lebih rendah dari manusia.

Alam asura sendiri memiliki tingkatannya masing-masing, secara garis besar, yaitu :

1. alam surga tanpa bentuk

2. alam surga yang memiliki bentuk

3. alam surga yang penuh kegembiraan hingga tingkat Arupha Dhatu.

Keberadaan alam asura sangat beragam, ada yang baik dan ada yang jahat, ada yang sesat dan ada yang benar. Demikian pula kekuatannya masing-masing berbeda. Penyebab munculnya alam asura dapat disebabkan oleh empat sebab, yaitu :

4.a. Bila ada seorang insan yang selama hidupnya belum pernah mendengarkan ajaran-ajaran yang benar dan layak untuk diyakininya (Islam, Nasrani, Hindu, Buddha / Tao), atau, meskipun mendengarkan tetapi tidak mempercayainya (atheisme), tetapi malah bersikap menantang dan mencoba-coba melakukan latihan yang sebaliknya / sesat. Akan tetapi, meskipun melakukan latihan yang sesat tersebut dan berhasil, insan yang bersangkutan tidak berniat melakukan kejahatan, hatinya penuh dengan amal kebaikan yang dilakukan dengan tulus. Sehingga jalan mencapai ke-Buddha-an terputus karena melatih latihan yang sesat serta memiliki sifat yang buruk, tetapi juga tidak terlahir di alam dewa, manusia, hantu maupun alam neraka karena telah berbuat amal kebaikan yang tulus. Oleh karena itu, pada saat kelahirannya kembali setelah insan tersebut meninggal dunia, maka dia akan dilahirkan di alam asura ini.

4.b. Jika ada seorang insan, meskipun telah melatih dan berbuat banyak kebajikan, tetapi kebiasaankebiasaan buruknya seperti kebencian, iri hati, pandangan yang sempit masih belum mampu diatasi secara maksimal, maka setelah meninggal dunia tidak bisa dilahirkan di alam dewa, alam samsara maupun alam manusia. Sehingga pada saat kelahirannya kembali setelah insan tersebut meninggal dunia, maka dia akan dilahirkan di alam asura ini. Karena dia menjadi roh yang baik dalam dimensi tersendiri, dan juga karena keadaan bumi yang mendukung, maka roh halus tersebut pada umumnya juga dapat ikut melakukan kebajikan besar juga mungkin kejahatan skala kecil. Sehingga keadaan roh halus tersebut masih sering tampil / muncul di alam manusia dan senang menerima persembahan dari manusia.

4.c. Bila terdapat seorang insan, khususnya Bhiksu atau Bhiksuni yang didalam proses latihan bhavananya masih memiliki iri hati terhadap orang lain, atau, meskipun memiliki amal kebaikan dan tidak melakukan kesalahan tetapi karena pandangannya yang sempit sering menimbulkan kemarahan, kebencian, konflik, pernah memfitnah ataupun menyerang orang lain sehingga tidak mencapai tingkat ke-Buddha-an tetapi juga tidak mencapai tingkat kesucian atau dewa, dan tidak masuk dalam kategori penghuni neraka karena selama hidupnya melatih diri dalam kebajikan. Oleh karena itu, pada saat kelahirannya kembali setelah insan tersebut meninggal dunia, maka dia akan dilahirkan di alam asura ini.

4.d. Bila seorang sadhaka bersifat asura yang secara khusus mempelajari sebuah Dharma yang bertujuan untuk menolong orang lain, meskipun mempunyai jasa tetapi lebih mengutamakan pada ilmu yang berbentuk (melekat pada kekuatan batin / kesaktian) dan tidak mau mempelajari Dharma yang murni secara mendalam,

juga, pelaksanaan kesaktiannya ada yang benar dan ada yang salah, keduanya berimbang serta memiliki kekuatan batin yang memadai. Sehingga pada saat kelahirannya kembali setelah insan tersebut meninggal dunia, maka dia akan dilahirkan di alam asura ini.

Bila seseorang yang tidak pernah melatih batinnya sedikitpun tetapi memiliki rasa iri hati, pandangan yang sempit, kebencian, kebodohan, kesombongan, memfitnah dan menyerang orang lain, maka dia tidak akan masuk ke dalam alam asura, tetapi ke dalam alam hantu kelaparan atau neraka. Alam asura hanya diperuntukkan bagi insan yang pernah melatih dirinya sendiri secara spiritual hingga mencapai tingkat kebatinan tertentu.

Tujuh Alam Sugati (menyenangkan) yaitu :

a. Manussa-bhūmi : Alam Manusia

Alam manusia Adalah terbaik diantara alam-alam kehidupan, sebab hanya di alam inilah kita mendapat kesempatan terbesar untuk mengembangkan kebijaksanaan dan mencapai pencerahan. Alam manusia adalah suatu campuran kesengsaraan dan kebahagiaan dalam bagian yang sama dan terlahir sebagai manusia adalah kesempatan yang sangat jarang, oleh karenanya kita seharusnya menggunakan sebaik mungkin kesempatan tersebut. Para Bodhisattva lebih memilih alam manusia karena alam ini adalah tempat terbaik untuk mengabdikan pada dunia dan memenuhi persyaratan kebuddhaan. Para Buddha selalu dilahirkan sebagai

manusia yang terlahir di alam ini karena melakukan sila yang bervariasi, maka kehidupan mereka bervariasi pula.

b. Catummahārājika-bhūmi : Alam Empat Dewa Maharaja

Alam ini merupakan alam para dewa (surga) yang lebih menyenangkan daripada alam manusia. Di alam ini empat Maharaja Dewa hidup bersama pengikut mereka.

Empat Dewa maharaja itu adalah :

1) Raja Dhataratta penguasa penjuru timur, pemimpin para Dandabba.

2) Raja Virulha penguasa penjuru selatan, pemimpin para Kumbhanda.

3) Raja Virupakha penguasa penjuru Barat, pemimpin para Naga.

4) Raja Kuvera, penguasa penjuru utara, pemimpin para Yakkha.

Selain para Maharaja Dewa bersama pengikut mereka, masih banyak lagi dewa lain. Seperti dewa (yang tinggal di pohon, sungai, danau, bumi, angkasa dan lain-lain).

c). Tāvātimsa-bhūmi : Alam surga dari tiga puluh tiga Dewa dengan dewa Sakka sebagai rajanya.

Asal-usul dari nama tersebut dihubungkan dengan sebuah cerita yang menyatakan bahwa tiga puluh relawan yang tidak mementingkan diri sendiri yang dipimpin oleh Magha (nama lain dari Sakka), karena telah menunjukkan perbuatan-perbuatan yang baik, dilahirkan di alam Surgawi ini. Di dalam surga inilah Sang Buddha mengajarkan Abhidhamma kepada para Dewa selama tiga bulan.

d). Yāmā-bhūmi : Alam Surga dari para Dewa Yama.

e). Tusitā-bhūmi: Alam Kesenangan

Para Bodhisattva yang telah memenuhi persyaratan-persyaratan Kebuddhaan bertempat tinggal di alam ini sampai saat yang tepat datang bagi mereka untuk muncul di alam manusia untuk mencapai kebuddhaan.

Bodhisattva Meteyya, Buddha yang akan datang, sekarang ini sedang berdiam di alam ini sambil menunggu kesempatan yang tepat untuk dilahirkan sebagai seorang manusia dan menjadi seorang Buddha.

Ibunda Bodhisattva Ratu Mayadevi, setelah kematiannya, dilahirkan di alam ini sebagai seorang Dewa. dari sini ia pergi ke Surga Tavatimsa untuk mendengarkan Abhidhamma yang diajarkan oleh Sang Buddha.

f). Nimmānarati-bhūmi : Alam Surga para Dewa yang menikmati kesenangan istana-istana yang diciptakan mereka.

g). Paranimmita-vasavatti-bhūmi : Alam Surga Para Dewa yang menikmati ciptaan-ciptaan para dewa lain. Kehidupan para Dewa di alam ini bagaikan orang yang selalu diundang ke pesta besar, meriah dan mewah.

Alam-alam, yaitu alam catummaharajika, Tavatimsa, yama, Tusita, Nimmanarati dan paranimmitavasavatti merupakan alam surga dari para dewa yang tubuh fisik mereka adalah lebih halus dan lebih bersih daripada tubuh manusia. Tubuh para dewa tak dapat dilihat oleh mata manusia biasa. Makhluk di alam-alam surga ini pada suatu saat akan meninggal atau lenyap dari alamnya masing-masing ketika karma baik mereka untuk tinggal di alam-alam ini habis. Walaupun kehidupan para dewa di alam Surga lebih panjang usia rata-ratanya, menyenangkan atau melebihi alam manusia, namun kesucian dan kebijaksanaannya belum tentu melampaui kesucian dan kebijaksanaan manusia. Alam para dewa atau surga bukan alam kehidupan yang kekal bagi para makhluk penghuninya, karena kehidupan di alam surga adalah tidak kekal (anicca).

Empat alam tak menyenangkan (Duggati) dan tujuh alam menyenangkan (Suggati) diklasifikasikan sebagai alam nafsu (kamaloka) karena dalam sebelas alam ini, nafsu keinginan sangat kuat atau sangat mempengaruhi kehidupan makhluk-makhluk. Nafsu keinginan (Kama-Tanha) merupakan salah satu faktor penyebab makhluk terlahir berulang-ulang kali.

B). Rupaloka

Rupaloka lebih tinggi dari kamaloka (alam nafsu), adalah alam-alam brahma atau Rupa-Loka (alam bentuk) dimana makhluk-makhluk menikmati kesenangan, Jhana yang dihasilkan oleh meditasi. makhluk-makhluk di alam ini tak memiliki nafsu indera dan merekapun tidak memiliki kelamin. Rupaloka terdiri dari

16 alam dibagi sesuai dengan tingkat jhana yang dicapai. Alam-alam ini adalah :

a. Alam Jhana I

1) Brahma Parisajja – Alam pengikut Brahma

2) Brahma Purohito – Alam para menteri Brahma

3) Maha Brahma – Alam Maha Brahma

Alam-alam ini dicapai oleh seseorang apabila ia meninggal pada saat ia berada dalam meditasi dengan mencapai jhana I. Jika jhana I kuat sekali, maka ia terlahir di alam maha Brahma. Bila jhana I sedang, maka ia terlahir di alam Brahma Purohito, dan agak lemah terlahir di alam Brahma Parisajja dari ketiga alam jhana I

ini. Maha Brahma melebihi kedua alam-alam lain dalam hal : Kebahagiaan, keindahan dan batas usia. Brahma Sahampati yang menemui Sang Buddha dan memohon kepada beliau untuk membeberkan Dhamma demi kebahagiaan semua makhluk adalah sosok dewa yang berasal dari alam maha Brahma.

b. Alam Jhana II

- 4) Parittabha – Alam Brahma Cahaya Kecil.
- 5) Appamanabha – Alam Brahma cahaya Tanpa Batas.
- 6) Abhasara – Alam Brahma Gemerlapan.

Perbedaan kelahiran dari seorang yang telah mencapai Jhana II tergantung pada kekuatan Jhana II.

Seseorang yang meninggal ketika telah mencapai dan berada dalam Jhana II akan terlahir kembali pada salah satu alam ini. Bila Jhana II lemah, maka ia terlahir di alam Appamanabha. Sedangkan bila kekuatan Jhana II kuat sekali, maka ia terlahir kembali di alam Abhassara. Disebutkan dalam Agganna Sutta, Digha Nikaya, bahwa manusia yang mula-mula muncul di bumi ini, adalah berasal dari kelompok alam abhassara. Makhluk-makhluk itu meninggal di alam Abhassara, karena kekuatan karma baiknya untuk hidup di alam-alam ini habis.

c. Alam Jhana III

- 7) Parittasubha – Alam Brahma Aura Kecil
- 8) Appamanasubha – Alam Brahma Aura Tanpa Batas
- 9) Subhakina – Alam Brahma Aura Tetap

d. Alam Jhana IV

- 10) Vehaphala – Alam Brahma Pahala Besar
- 11) Asannasatta – Alam Brahma Tanpa Penyerapan (pikiran). Dikatakan bahwa bila pada makhluk Asannasatta muncul pikiran, maka ia lenyap dari alam ini dan terlahir di alam ini. Lima alam berikut ini disebut alam Suddavasa atau Alam Kediaman Suci, yaitu :

- 12) Aviha
- 13) Atappa
- 14) Sudassa
- 15) Sudassi
- 16) Akanitha

Makhluk yang dapat terlahir di lima alam Suddavasa ini hanya para Anagami, yaitu para Anagami yang tak melaksanakan meditasi atau yang tak meninggal pada saat berada dalam Jhana I, II, III atau IV. Jika Anagami berada dalam Jhana maka ia akan terlahir di alam sesuai dengan Jhana yang dicapainya. Orang biasa, Sotapanna maupun Sakadagami yang telah mencapai Jhana IV tidak dapat terlahir kembali di salah satu alam Suddhasava ini, kecuali di alam Vehapphala dan Asannasatta. Anagami yang mencapai Jhana IV dan meninggal pada saat berada dalam Jhana IV akan terlahir kembali Asannasatta, karena terlahir di alam ini merupakan keputusan tidak bijaksana dan hanya membuang-buang waktu saja.

C). Arupaloka

Adalah alam kehidupan para Dewa Arupa Brahma. Secara harafiah, Arupa artinya adalah Tanpa Bentuk atau Tanpa Jasmani. Arupaloka diklasifikasikan sebagai alam tanpa bentuk, karena tubuh makhluk di alam ini terlalu sangat halus dan mereka tidak mempunyai kelamin. Alam ini dicapai setelah orang sukses dengan meditasi dan mencapai Arupa Jhana.

Arupaloka terdiri dari empat alam yaitu :

1. **Akāsānancāyatana** - Alam Ruang Tanpa Batas
2. **Viññānancāyatana** - Alam Kesadaran Tanpa Batas
3. **Akincaññayātana** – Alam Kekosongan
4. **Nevasaññanasaññayātana** – Alam „bukan Pencerapan“ maupun „tidak bukan pencerapan“.

Alara Kalama, bekas guru dari pertapa Gotama, telah mencapai Rupa Jhana III, setelah ia meninggal dunia, ia terlahir kembali di Alam Akincannayatana. Pencapaian Arupa Jhana III, telah dicapai pula oleh pertapa Gotama, ketika belajar pada Beliau.

Uddaka Ramaputta, merupakan guru kedua dari pertapa Gotama, telah mencapai Arupa Jhana IV, setelah ia meninggal dunia, ia terlahir kembali di alam Nevasanna N^oasannayatana. Pertapa Gotama telah mencapai Arupa jhana IV, ketika ia belajar pada pertapa Uddaka ramaputta. Pertapa Gotama menyadari bahwa Arupa Jhana IV bukan berarti pencapaian tertinggi, maka ia meninggalkan gurunya ini.

Tiratana/ (Skt. Triratna) : Tiga Permata (Buddha, Dhamma dan Sangha)

Tiratana hanya merupakan sarana perlindungan yang pada intinya adalah Dhamma itu sendiri. Kita akan mengetahui Sang Buddha bila kita melaksanakan Dhamma, dalam hal ini Sang Buddha pernah mengatakan bahwa :” Barang siapa yang melihat Dhamma, berarti melihat Sang Bhagava .”, demikian pula kita belajar Dhamma dari Sangha. jadi dengan melaksanakan Dhamma itu sendiri, kita melihat Buddha, Dhamma dan Sangha. Sedangkan sehubungan dengan Dhamma itu sendiri, ketika kita melaksanakan Dhamma, secara langsung kita melakukan Karma baru. Karma inilah yang akan membentuk dan menjadikan kita seperti apa dan bagaimana, karma pula yang akan melahirkan kita, yang menjadi kerabat kita, juga karma inilah yang melindungi kita.

Umat Buddhas diseluruh dunia menyatakan ketaatan dan kesetiaan mereka kepada Buddha, Dhamma dan Sangha dengan kata-kata yang sederhana, namun menyentuh hati, yang dikenal dengan Tisarana (tiga perlindungan) yang diucapkan tiga kali.

kata-kata itu berbunyi sebagai berikut :

- **Buddham saranam gacchami** (Aku berlindung kepada Buddha)
- **Dhammam saranam gacchami** (Aku berlindung kepada Dhamma)
- **Sangham saranam gacchami** (Aku berlindung kepada Sangha)

Kata-kata itu disabdakan oleh Sang Buddha Gotama sendiri, bukan oleh para siswanya atau makhluk lain, pada suatu ketika di Taman Rusa Isipatana dekat Benares. Sabda ini disampaikan oleh Sang Buddha kepada

60 orang Arahata siswa Beliau, ketika mereka akan berangkat menyebarkan Dhamma demi kesejahteraan dan kebahagiaan umat manusia.

Pada waktu itu Sang Buddha Gotama bersabda sebagai berikut :

“ Para bhikkhu, ia (yang akan ditahbiskan menjadi samanera atau bhikkhu) hendaklah : setelah mencukur rambut mengenakan jubah kuning bernamaskara didepan para bhikkhu, lalu duduk bertumpu lutut dan merangkapkan kedua belah tangan di depan dada (anjali) dan berkata :” Aku berlindung kepada Buddha; aku berlindung kepada Dhamma; aku berlindung kepada Sangha .” (Vinaya Pitaka 1; 22)

Sang Buddha Gotama menetapkan rumusan bukan hanya berlaku bagi mereka yang akan ditahbiskan menjadi samanera atau bhikkhu, tetapi juga berlaku bagi umat awam. Setiap orang yang memeluk agama Buddha baik ia seorang awam ataupun bhikkhu akan menyatakan keyakinannya dengan Tisarana yang merupakan ungkapan Keyakinan (saddha/Sradha) bagi umat Buddha.

Tisarana : Tiga Perlindungan

Yaitu : Setiap orang yang menyatakan dirinya berlindung kepada Sang Buddha, Dhamma dan Sangha .

Catatan : Umat Buddha terdiri atas dua kelompok yaitu kelompok bhikkhu (/bhikkhuni) dan kelompok yang hidup dalam keluarga di masyarakat yaitu upasaka/upasika. Secara moral semua umat Buddha berkeluarga adalah upasaka/upasika. Di Indonesia sebagai pengukuhan seseorang sebagai umat Buddha, dilakukan upacara Wisuda Upasaka/Upasika di hadapan seorang bhikkhu. Kepada mereka kemudian diberikan Kartu Wisuda Upasaka/Upasika sebagai tanda bahwa ia telah menyatakan diri sebagai umat Buddha secara resmi.

Tusita : Alam Kesenangan (*lihat huruf “T” pada “ Tiloka”*)

Dewa di alam Tusita memiliki usia rata-rata 4.000 T.S. sehari semalam di alam Tusita sama dengan 400 tahun di alam manusia.

KELOMPOK : (U)

Ubhatobhaga-vimutti : Mencapai kebebasan dengan dua cara.

Uccakulina : Mulia.

Uccedatitthi : Kepercayaan Nihilistik.

Uccheda-Vada : Teori pemusnaan diri.

Uddhamgami : Batin bergerak keatas.

Uddhacca : Kegelisahan, kegalauan.

Kekacauan pikiran sehubungan dengan sebuah obyek, yang merupakan kekhawatiran bila apa yang hendak dicapainya tidak berhasil diraihinya.

Uddhacca-Kukkuca : Gelisah dan cemas.

Yaitu ketidakmampuan pikiran untuk berkonsentrasi pada suatu obyek. Karena galau, pikiran seseorang mengembara dari satu obyek ke obyek yang lain, sehingga ia dikuasai oleh kegelisahan dan pendiriannya tidak tetap

Upadhi : Kepribadian , penampilan.

Upadhi Sampatti : Kecantikan.

Upadhi Vipatti : Kejelekan.

Upādāna : Kemelekatan.

Ibarat orang yang sedang mengambil buah. Buah terus diambil walaupun keranjangnya sudah penuh, terus saja mengambil. Karena melekat itulah menimbulkan dorongan melakukan sesuatu, sehingga menimbulkan bhava.

Upādāna Terdiri dari 4 macam yaitu :

a) Kāmupādāna : Kemelekatan pada bentuk, suara, bau, rasa, kecupan, rasa sentuhan dan bentuk-bentuk pikiran. semua itu merupakan kemelekatan pada kesenangan-kesenangan inderia.

b) Diṭṭhupādāna : Kemelekatan pada pandangan yang salah. Misalnya: Berbuat kebajikan itu tidak ada gunanya, berbuat jahat itu tidak ada dampak negatifnya dan sebagainya.

c) Silabbatupādāna : Kemelekatan pada upacara agama yang mengang-gap bahwa upacara agama dapat menghasilkan kesucian.

d) Attavādupādāna : Kemelekatan pada kepercayaan tentang adanya “Aku” (atta) yang kekal dan terpisah.

Upapīdaka : Kamma Pelemah.

Upasaka : Umat Buddha pria yang mengucapkan janji untuk melaksanakan Pancasila dalam kehidupannya sehari-hari dihadapan seorang anggota Sangha.

Upāsikā : Umat bakti wanita.

umat Buddha wanita yang mengucapkan janji untuk melaksanakan Pancasila dalam kehidupannya sehari-hari dihadapan seorang anggota Sangha.

Upatthambhaka : Kamma Penunjang.

Upāyāsa : 1). Gusar, 2). Murka, 3). Keputus-asaan.

Ussada : Rintangan-rintangan.

Upekkha sambojjhanga : Penerangan sempurna keseimbangan batin.

Upekkhā / (skt.upeksā) : 1). Keseimbangan batin, 2). Tidak tertarik, 3). Acuh tak acuh, 4). Masa bodoh.

Sikap batin yang seimbang dalam segala keadaan , oleh karena menyadari bahwa setiap makhluk hidup memetik hasil dari perbuatannya sendiri. Dengan Upekkha akan dapat diatasi kegoncangan batin.

Keseimbangan batin adalah kondisi seimbangnyabatin yang sempurna dan tak tergoyahkan, yang berakar dalam penembusan pemahaman.

Melihat ke dalam kehidupan, kita perhatikan bagaimana ia bergerak diantara hal-hal yang kontras:

keuntungan dan kehilangan, terkenal dan tidak terkenal, dipuji dan dihina, kebahagiaan dan penderitaan. Kita merasakan bagaimana hati kita merespon terhadap semua ini dengan perasaan bahagia dan kesedihan, semangat dan keputus-asaan, kekecewaan dan kepuasan, harapan dan rasa takut. Gelombang-gelombang emosi ini melambungkan kita ke atas dan juga mencampakkan kita ke bawah; dan belum lama kita dapat isitrahata sebentar, kita sudah diseret oleh gelombang baru berikutnya. Bagaimana kita dapat mengharap-

untuk terus menapaki puncak kejayaan? Bagaimana bisa kita mendirikan bangunan kehidupan kita di tengahnya samudera keberadaan yang tak pernah diam ini, jika bukan di atas pulau keseimbangan batin?

Kamma merupakan rahim darimana kita berasal (*kamma-yoni*), dan suka tidak suka, kita adalah pemilik tak terhindarkan dari perbuatan kita (*kamma-saka*). Akan tetapi, segera sesudah kita melakukan tindakan, kendali kita terhadapnya hilang; ia selamanya bersama kita dan tidak terhindarkan akan kembali ke kita sebagai warisan yang sesuai (*kamma-dayada*). Tidak ada hal yang terjadi pada kita berasal dari dunia luar asing yang bermusuhan dengan diri kita; segalanya adalah hasil dari batin dan perbuatan kita sendiri. Karena pengetahuan ini membebaskan kita dari rasa takut, ia adalah landasan pertama dari keseimbangan batin. Pada suatu ketika, dalam segala hal yang menimpa kita adalah disebabkan diri kita sendiri, mengapa kita mesti merasa takut?

Untuk mewujudkan keseimbangan batin sebagai keadaan batin yang tak tergoyahkan, seseorang harus melepaskan semua pikiran-pikiran posesif mengenai "milikku", dimulai dari hal-hal kecil yang mudah dilepas, dan secara bertahap hingga kepemilikan dan tujuan yang sangat didambakan segenap hati.

Seseorang juga harus menghentikan penyokong pikiran-pikiran yang demikian, semua pikiran egois tentang "aku", dimulai dari sebuah bagian kecil kepribadian, yang tidak terlalu penting, dari kelemahan kecil yang ia lihat dengan jelas, dan secara bertahap hingga kepada bentuk-bentuk emosi dan ketidaksukaan terhadap sesuatu yang ia anggap sebagai pusat dirinya. Pelepasan seperti ini mestilah dilatih.

Hingga suatu tahapan kita meninggalkan pikiran tentang "milikku" atau "aku", keseimbangan batin akan memasuki hati kita. Sebab bagaimana mungkin sesuatu yang kita sadari adalah asing dan tanpa suatu diri dapat mengusik kita melalui nafsu, kebencian atau kesedihan? Dengan demikian, ajaran mengenai tiada-aku akan menjadi penuntun kita dalam jalan pembebasan, menuju keseimbangan batin yang sempurna.

Keseimbangan batin adalah mahkota dan puncak dari empat keadaan batin yang luhur. Namun hal ini bukan dipahami bahwasannya keseimbangan batin adalah penolakan terhadap cinta, welas asih, dan kebahagiaan simpatik, ataupun bahwasannya keseimbangan batin lebih unggul dibandingkan yang lainnya. Jauh dari itu, keseimbangan batin mencakup dan menyebar menyeluruh di dalam tiga keadaan luhur tersebut, sama halnya tiga keadaan luhur menyebar menyeluruh di dalam keseimbangan batin yang sempurna.

Uppabbajati : Melepaskan jubah, jadi orang awam kembali.

Upacāra : Masuk, tetangga, perhatian, persembahan.

Upacārasamādhi : Istilah meditasi yang telah mencapai tingkat "konsentrasi tetangga".

Upādāna : Keterikatan, kemelekatan.

Upadesa : Perintah, instruksi, petunjuk.

Upaghātaka : Kamma Penghancur.

Upapilakakamma/(skt. upapidakakarman) : Karma yang menekan.

Upasampadā : Pengambilan, pencapaian, penerimaan, penahbisan menjadi bhikkhu.

Uposatha : Hari puasa Buddhis tiap tanggal 1, 8, 15 dan 23 penanggalan lunar

Uposathagara : Aula tempat pembacaan Patimokka (pesamaan para bhikkhu) Di dalam gedung uposatha ini dilakukan segala hal yang berhubungan dengan kegiatan Sangha yang disebut Sanghakamma. Berdasarkan Vinaya Pitaka, Sanghakamma yang dilakukan dalam Uposathagara antara lain adalah:

- Penahbisan para bhikkhu (upasampada).

- Pembacaan patimokkha, yaitu 227 peraturan kebhikkhuan yang dilakukan pada setiap bulan gelap dan bulan terang.

- Penyelesaian pelanggaran para bhikkhu.

- Penentuan hak Kathina.

Akan tetapi selain hal-hal tersebut di atas, uposathagara dapat juga berfungsi sebagai dhammasala atau dharmasala (ruang dharma), yaitu tempat Puja bakti dan pembabaran Dhamma. Upasathagara disebut pula Sebagai Sima. Secara harfiah, sima artinya adalah Batas. Jadi dalam hal ini uposathagara adalah bangunan yang ada Batas-batasnya. Ada dua macam sima yaitu: Buddha Sima dan Abaddha Sima. Buddha sima adalah uposathagara yang mempunyai Batas khusus yang buat sangha. Sedangkan Abaddha Sima adalah uposathagara yang mempunyai Batas alami, tidak khusus dibuat oleh Sangha.

Contoh : Abaddha Sima adalah batas tanah yang sudah ada sejak dulu, misalnya pohon, batu, sungai dst.

Sedangkan Buddha Sima adalah Batas yang dibuat oleh sangha, dengan cara menarik garis lurus dari tandatanda yang ada misalnya dengan diletakkannya beberapa batu padajarak

jarak tertentu, atau cara yang lain namun maksudnya adalah membuat Batas. Selanjutnya sangha membuat upacara untuk menetapkan bahwa tempat yang telah dibatasi itu adalah sima. Upacara penentuan sima ini berlangsung setahap demi setahap, dengan jarak suatu hatthapada (maju se hasta demi sehasta) sehingga seluruh areal diliputi dengan upacara dengan gerakan sehasta ini.

Luas *uposathagara* sekurang-kurangnya dapat ditempati oleh sangha yang jumlahnya paling kurang lima orang bhikkhu dan seorang calon bhikkhu dalam upacara upasampada. Untuk upasampada, sangha harus sekurang-kurangnya terdiri dari lima orang bhikkhu, yaitu seorang *upacchaya* dan empat anggota sangha.

Utul/(skt.rtu) : 1). Waktu tertentu, 2). Musim, 3). perubahan fisik, temperatur.

Utul Niyama : Hukum musim (*lihat huruf "P" - Panca Niyama*).

KELOMPOK : (V)

Vaisya : Kasta petani dan pedagang, kasta ketiga dalam agama Hindu.

Vācāna : Pembacaan, hafalan, wacana, pernyataan.

Vagga/(skt.Varga) : kelompok, bab(buku).

Vassa/(skt.Varsa) : Tahun, Musim hujan.

Vatthu : Tempat kesadaran.

Vannavanta : Rupawan.

Vasita : Keahlian.

Dalam meditasi, vasita adalah keahlian dalam penguasaan Jhana, yaitu ia dapat mencapai atau memasuki

Jhana kapan saja dan dimana saja. Misalnya seseorang telah mencapai Jhana I atau IV, maka ketika ia sedang berjalan disuatu tempat ia mau meditasi, ia dapat melakukannya. Walaupun ia berada ditepi jalan, ia dapat langsung, hanya dalam sesaat, ia telah mencapai Jhana I atau IV. juga ia dapat menentukan berapa lama ia dalam Jhana I atau IV. Bila ia bertekad ia berada dalam Jhana I atau IV hanya 5 atau 10 detik atau lebih, maka setelah 5 atau 10 detik ia segera bangun dari jhana I atau IV.

Demikian contoh orang yang telah memiliki vasita, yaitu telah menguasai atau benar-benar ahli dalam pencapaian atau keluar dari Jhana. Vasita dapat dicapai dengan latihan berulang-ulang.

Ada lima mavam Vasita, yaitu :

1. Avajjana – keahlian merefleksi.

keahlian meditator dengan segera dapat mengarahkan pikirannya pada faktor-faktor Jhana.

2. Sampajjana – keahlian memasuki jhana.

keahlian memasuki Jhana I, II, III, atau IV yang dilakukan dengan cepat sekali. Dimana saja ia bermeditasi, segera ia mencapai jhana yang dikehendaki berdasarkan keahliannya.

3. Adhittana – keahlian menentukan berapa lama berada dalam Jhana.

misalnya ia mau berada dalam Jhana 30 detik, maka setelah berada dalam Jhana yang ditentukan, ia segera bangun dan menyelesaikan meditasinya.

4. Vutthana – keahlian untuk bangun atau bangkit dari pencapaian jhana.

Adhittana vasita selalu disertai dengan Vutthana vasita, karena setelah menentukan lamanya waktu berada dalam Jhana (Adhittana), iapun ahli untuk segera bangun (vutthana) dari meditasinya.

5. Paccavakkhana – keahlian mengevaluasi atau merenungkan pencapaian jhana.

hal ini dimaksudkan bahwa setelah seseorang bermeditasi ia menilai dan memeriksa kembali apa yang telah ia alami dan apa perlu dikembangkan serta apa yang tidak perlu dikembangkan lagi. Begitupula apa yang menjadi gangguan atau hambatan yang perlu dilenyapkan dsb.

Dengan adanya vasita (lima keahlian). Seseorang dapat masuk keluar jhana dengan cepat dan dapat memanfaatkannya sesegera mungkin sesuai kehendaknya. Sebagai contoh, bila dengan meditasi ia mencapai Rupa jhana IV (Rupa Jhana V menurut Abhidhamma pitaka) sehingga ia memiliki salah satu atau beberapa macam kemampuan batin (abhinna), misalnya saja iddhi (kemampuan batin fisik), yaitu (salah satunya) dapat berjalan diatas air, maka ketika ia berjalan dan harus melintasi sungai, seketika itu juga ia bermeditasi memasuki jhana dan mengembangkan iddhinya sambil berjalan dan ia akan berjalan diatas sungai seperti ketika ia berjalan didarat.

Vaya : Penghentian.

Vaya-dhamma : Berakhir.

Vāyo-dhatu : 1). Unsur udara, 2). Unsur gerak.

Vebhutya-vaca : Kata-kata fitnah.

Vedanā : Perasaan, sensasi.

Vedanā berarti perasaan. Keberadaannya dapat kita analisa ketika kita telah membanding-bandingkan rangsangan kemudian timbul perasaan senang (suka) atau tidak senang (tidak suka), bahagia maupun menderita, dan perasaan netral yang muncul dari kontak mata, telinga, hidung, lidah, sentuhan jasmani dan batin, sehingga muncullah *tanha*. (nafsu keinginan)

Vedanākkhandha : Kelompok perasaan (Lihat huruf “P” :- *Panca Khandha*).

Vehapphala : Alam para Brahma dengan pahala yang besar.

Veramaṇi : Penghindaran dari.

Veyyāvacca : Pengabdian, melayani, menolong.

Vibhava : Pemusnahan diri.

Vibhava-taṇhā : Keausan /keinginan untuk memusnahkan diri.

Keinginan ini muncul karena seseorang selalu menderita dalam hidupnya. Ia melihat kehidupan ini dengan pandangan pesimis, karena yang dialaminya semua membuat ia kecewa, putus asa, kesakitan, tidak puas dan menderita. Juga ia berpendapat bahwa semua masalah dapat diselesaikan dengan kematian. Apakah orang itu senang atau menderita, maka setelah kematiannya semua persoalan hidup dan kehidupan selesai dan lenyap. Sesudah kematian tidak ada lagi kehidupan, Hidup hanya sekali saja, kematian adalah akhir dari segalagalanya. Pandangan ini disebut sebagai pandangan pemusnahan dan kosong (*Ucchedavada*). Surga dan neraka tidak ada.

Sehubungan dengan Vibhava Tanha, ada pandangan yang berpendapat bahwa „ bunuh diri atau membunuh „ pada kondisi tertentu adalah tidak salah. Pandangan itu dikenal dengan sebutan “ Euthanasia “ atau “hak untuk mati”.

Vicāra : 1). Mempertahankan pikiran pada obyek, 2). Pikiran yang telah menangkap obyek.

Vicikicchā/(skt. **Vicikitsa**) : Keragu-raguan.

Keragu-raguan atau kebingungan, yaitu tidak percaya kepada apa yang harus dipercaya, atau tidak yakin kepada apa yang harus diyakini.

Merupakan salah satu dari lima penghalang untuk mendapatkan pengertian yang terang tentang Kesunyataan dan menjadi rintangan bagi kemajuan batiniah seseorang. Tetapi keragu-raguan bukanlah merupakan dosa, karena pada hakekatnya agama Buddha tidak mengenal dosa seperti yang dimaksudkan dalam agama-agama lain. Keragu-raguan ini justru diperlukan agar seseorang mau menyelidiki sesuatu supaya mendapatkan pengertian yang baik dan dapat melihat sesuatu dengan baik dan terang. namun, untuk memperoleh kemajuan selanjutnya memang mutlak perlu untuk menyingkirkan keragu-raguan sampai ke akarnya, sebab hanya dengan disingkirkannya keragu-raguan orang dapat melihat suatu persoalan dengan terang dan jelas.

Vicināti : Menyelidik, meneliti, mencari, memeriksa, mengumpulkan.

Vicinteti : Berpikir, mempertimbangkan, membayangkan, mengamati.

Vihāra : Tempat ibadah umat Buddha.

Vihara dhamma : Cara hidup.

Vijjā/(skt. Vidya) : Ilmu, pengetahuan, kebijaksanaan.

Vijaya : Kemenangan, keberhasilan.

Vikubbhana-iddhi : Kemampuan untuk menyalin rupa menjadi rupa lain misalnya menjadi anak kecil, menjadi raksasa, juga membuat diri menjadi tak tampak .

Vimutti /(skt.Vimukti): Rasa Pembebasan, pelepasan.

Vinipata : alam siksaan, alam keruntuhan.

Viññāṇa tthiti : tujuh tingkat kesadaran.

Viññanañcayatana : Alam Kesadaran tanpa batas, batin yang berada dalam alam kesadaran yang tak terbatas.

Vinicchaya : pengambilan keputusan.

Viññāṇa : Kesadaran (*Lihat Huruf “P” : Panca Khandha*).

Vinañña/kesadaran; untuk melihat, mendengar, membaui, mengecap, mengalami sentuhan, ataupun menyadari sesuatu. Yang umum dibahas vinnana itu adalah patisandhi vinnana. Karena melakukan nidana kedua, maka mengkondisikan tumimbal lahir. Mengkondisikan ini diibaratkan dengan seekor kera. Kera yang pindah dari pohon yang berdaun kering dan buahnya sudah tidak ada, ke pohon yang baru, yang daunnya masih hijau dan buahnya masih merah. Ini ibarat pohon yang baru tetapi bukan berarti vinanna itu pindah dari badan yang lama ke badan yang baru. Tumimbal lahir ini mengkondisikan nama-rupa.(batin dan jasmani)

Viññāṇa Khandha : Kegemaran akan kesadaran (*Lihat Huruf “P” : Panca Khandha*).

Viññāṇa hara : kesadaran sebagai “makanan” untuk nama-rupa.

Vinaya : Tata tertib.

Vinaya Pitaka : Keranjang tata tertib.

Adalah kitab yang sebagian besar menguraikan tentang peraturan dan ketetapan Sangha para Bhikkhu (biarawan) dan para Bhikkhuni (biarawati). Vinaya Pitaka terdiri dari 5 buku, yaitu :

1. **Parajika** : Peraturan / disiplin pelanggaran-pelanggaran berat.

2. **Pacittiya** : Peraturan / disiplin pelanggaran-pelanggaran ringan.

3. **Mahavagga** : Bagian yang lebih besar.

4. **Cullavagga** : Bagian yang lebih kecil.

5. **Parivara** : Ringkasan peraturan / disiplin .

Vipassanā: Pandangan terang.

Vipassanā-bhāvanā : Meditasi Pandangan Terang.

adalah tehnik meditasi Pengembangan wawasan, penerapan kesadaran, kemawasdirian (Insight meditation) untuk dapat melihat batin kita sehingga seseorang akan memperoleh pandangan terang tentang hidup serta dapat melihat segala sesuatu seperti apa adanya.

Dalam melaksanakan Vipassana Bhavana, maka pelaksanaannya dimulai dengan melatih **Satipatthanā** (pandangan atau perhatian cermat) yang ditujukan pada jasmani, kemudian kepada perasaan, pikiran dan dhamma, sbb :

1) **Kaya-nupassana** : Perenungan terhadap tubuh ; Salah satu latihan terkenal yang berhubungan dengan tubuh ini ialah mengkonsentrasikan pikiran terhadap pernapasan (anapanasati), yang bertujuan untuk mendapatkan kemajuan spiritual.

2) **Vedana-nussapana** : Perenungan terhadap perasaan ; seseorang harus mengamati-amatinya dengan cermat dan benar-benar sadar terhadap semua bentuk perasaan, yang menyenangkan, yang tidak menyenangkan, dan yang netral, dan sadar pula bagaimana ia muncul dan kemudian lenyap kembali.

3) **Citta-nussapana** : Perenungan terhadap keadaan batin ; Hendaknya ia selalu waspada, apakah pikirannya penuh dengan hawa nafsu atau tidak, penuh dengan kebencian atau tidak, gelisah atau tidak, sedang melamun atau konsentrasi dst... Dengan ini ia akan selalu waspada terhadap semua gerak-gerik pikirannya dan juga bagaimana ia timbul dan lenyap kembali.

4) **Dhamma-nussapana** : Perenungan terhadap bentuk-bentuk pikiran ; Mengenai ide-ide, pikiran, konsepsi-konsepsi dan benda-benda, ia hendaknya dapat mengetahui dengan terang keadaannya yang sebenarnya, bagaimana ia timbul dan lenyap, bagaimana ia berkembang, bagaimana ia dapat ditekan, bagaimana ia dapat dihancurkan, dst.

Vipassana jhana : Pemusatan batin yang mendalam dalam meditasi

Vipassanupakkilesa : Kekotoran batin yang merintang pada Vipassanā.

Vipaka / phala : 1). hasil, 2). Akibat, 3). Buah.

Berarti hasil atau dampak serta mengacu pada hasil tindakan berdasar kehendak kita.

Vipallāsa/(skt.Viparyāsa) : 1). Kekhayalan, 2). Kekeliruan, 3). Kekacauan.

Yaitu kekeliruan pandangan terhadap paham, yang menganggap kebenaran sebagai ketidak benaran dan ketidak benaran sebagai kebenaran. ketidak kekal sebagai kekekalan, kekotoran sebagai kesucian, Tiada Aku yang kekal sebagai Aku yang kekal.

Viparināma : Perubahan, transformasi, Metafisika.

Yaitu suatu perubahan yang radikal di alam semesta, yang merupakan perubahan dari bentuk Ada ke keadaan yang tiada.

Viparinama-dukkha : Penderitaan sebagai akibat dari perubahan-perubahan.

Virāga : Kebebasan dari keinginan, hapusnya keinginan, ketidakmelekatan.

Viraga-dhamma : Berlalu

Virati : Menahan diri

Viriya /(skt.Viryā): 1). Usaha, 2). Semangat, 3). Energi, 4). Kemauan keras

Usaha dari pikiran di dalam perbuatan baik maupun perbuatan buruk.

Viriya-Bala : Kekuatan dari upaya, semangat, kegigihan melatih diri

Viriya sambojjhanga : Penerangan sempurna semangat .

Visamyutto : Tanpa disertai nafsu apapun

Visuddha : Kesucian Mutlak

Visuddhi magga : Jalan kesucian

Visuddhi magga terdiri dari tujuh tahap, yaitu :

1). Sila Visuddhi :

adalah kesucian pelaksanaan sila. Dalam hal ini berarti seseorang melaksanakan sila dengan sempurna, yaitu tidak ada sila yang dilanggar. Bagi umat buddha (Upasaka dan Upasika) melaksanakan Pancasila atau Atthasila. Sedangkan bagi Viharawan (Anagarini, Anagarika, Samanera, Samaneri, Bhikkhu dan Bhikkhuni) melaksanakan Atthasila, Dasasila dan Patimokkha sila.

2). Citta Visuddhi :

Adalah kesucian batin. Visuddhi ini dipenuhi dengan bermeditasi hingga mencapai Jhana IV (Abhidhamma pitaka = Jhana V). dengan menguasai (vasita) seseorang memungkinkan memiliki satu atau beberapa abhinna.

3). Ditthi Visuddhi :

Adalah kesucian pandangan terang. Tahap ini dicapai dengan pandangan seseorang menjadi suci. Sesuai dengan kenyataan ia mengerti tentang batin dan jasmani (nama-rupa) atau pancakkhandha. ia menolak pandangan salah tentang konsep individu, menjadi bebas dari kemelekatan pada ke-Aku-annya

4). Kankhavitarana Visuddhi :

Adalah kesucian mengatasi keragu-raguan. kesucian ini dicapai dengan mengerti tentang kondisi-kondisi natin dan jasmani, serta telah mengatasi keragu-raguan sehubungan dengan masa lampau, sekarang dan akan datang, yang ternyata, itu semua dipengaruhi oleh Karma.

5). Maggaggananadassana Visuddhi :

Adalah kesucian oleh pengetahuan dan penglihatan tentang jalan dan bukan jalan. Kesucian ini dicapai karena ia mengerti dengan baik tentang mana jalan yang benar dan jalan yang salah. Juga pencapaian ini dicapai setelah ia mengatasi vipassana kilesa, yaitu gangguan yang muncul pada saat melaksanakan vipassana. Munculnya Vipassana kilesa sering membuat seseorang beranggapan bahwa ia telah mencapai kesucian, karena vipassana kilesa ini memang sangat menarik.

Vipassana kilesa ini terdiri dari 10 pengalaman batin, yaitu :

- Cahaya gemilang (*obhisa*)
- Pengetahuan (*nana*)
- kenikmatan (*piti*)
- Ketenangan (*passadhi*)
- Kebahagiaan (*sukkha*)
- tekad (*adhimokkha*)
- Semangat (*paggaha*)
- sadar (*upatthana*)
- Keseimbangan (*upekkha*)
- Senang (*nikanti*)

6). Patipadanadassana visudhi :

adalah kesucian pengetahuan dan penglihatan tentang praktik.

Kesucian ini adalah kebijaksanaan yang disempurnakan dengan sembilan pengetahuan (*nanna*),

Secara ringkas sembilan pengetahuan itu adalah :

- a. Perenungan tentang muncul dan lenyap
- b. Perenungan tentang pelenyapan
- c. Perenungan tentang ketakutan
- d. menyadari tentang derita
- e. Perenungan tentang ketidaksenangan
- f. Keinginan untuk pembebasan
- g. Perenungan tentang refleksi
- h. Keseimbangan terhadap segala fenomena
- i. Pengadaptasian kebenaran

Pengetahuan ini direalisasikan dengan mengerti secara mendalam sekali tentang Tilakhana (anicca, dukkha, anatta) yang berlaku kepada segala sesuatu, sehingga seseorang melihat segala sesuatu itu adalah kosong. Ia terbebas dari ketakutan dan kesenangan, ia menjadi tak terpengaruh dan seimbang terhadap semua fenomena, ia tidak menganggap mereka sebagai „saya“ atau „milikku“.

Ketika seseorang mencapai tahap pencapaian „arah“ dari nibbana, ia merenungkan tentang tilakkhana, maka ia disebut telah memasuki Tiga gerbang kebebasan.

Ada tiga gerbang kearah pembebasan dari dunia seperti tersebut dalam Patisambhida:

- Pengertian benar tentang keterbatasan dan proses dari segala fenomena (muncul dan lenyap- anicca) serta kegiatan pikiran ke dalam Animitta Dhatu (keadaan tanpa bayangan atau gambaran batin)
- Ketidaksenangan batin (dukkha) terhadap segala fenomena, - serta kegiatan pikiran ke dalam Appanihita dhatu (keadaan tanpa keinginan).
- Pengertian benar tentang segala fenomena adalah tanpa aku (anatta), serta kegiatan ke dalam Sunnata Dhatu (keadaan kekosongan)

7). Nanadassana Visuddhi :

Adalah kesucian pengetahuan dan penglihatan. Pada tahap ini seseorang telah memasuki kesucian, ia menjadi ariya puggala (makhluk suci). tergantung pada kekuatan pengetahuan dan penglihatan ia „menembus kebenaran dengan melenyapkan tiga dan dua yang lain, lima atau sepuluh belunggu (samyojhana). berdasarkan jumlah belunggu yang dilenyapkan, demikianlah tingkat kesucian yang dicapainya.

Votthapana : “saat pikiran” yang menentukan.

Viryasamvara :Mengendalikan diri dengan kekuatan kemauan atau semangat.

Vittakavipphara-saddam : Merasakan getaran pikiran.

Vivatta-kappa : Banyak masa kehancuran.

Vivatta : Proses kehancuran.

Vitakka : 1). Usaha pikiran untuk menangkap obyek, 2). Pengarahan pikiran pada obyek.

Vyāḍhi : Sakit.

Vyāpāda / Byāpāda: 1). Keinginan jahat, 2.) Kebencian dan amarah(dendam).

Vijjajaranasampanna : Kebijaksanaan dan kepemimpinan.

Vupasamāya : Kedamaian, penaklukan nafsu keinginan.

KELOMPOK : (Y)

Yoniso manasikāra : Pemikiran yang bijaksana, Mengarahkan perhatian secara tepat.

YA : Yang Arya , mahluk suci.

Yakkha/(skt.Yaksa) : Siluman.

Yāma : Alam Surga dari para Dewa Yama, Batara Yama, Penguasa kematian, Penguasa neraka , secara populer hakim kematian.

Dewa di alam Yama memiliki usia rata-rata 2.000 T.S. sehari semalam di alam Yama sama dengan 200 tahun di alam Manusia.

Yatha-butha/yathabhutang : Dalam keadaan sebenarnya, sewajarnya.

Yad aniccang tang dukkhang : Segala sesuatu yang tidak kekal adalah dukkha.

Yangkinci Samudayadhammang Sabbang Tang Nirodhadhammang : Di dalam segala sesuatu yang timbul karena suatu sebab terdapat sebab yang membuatnya musnah kembali.

Yathabuthananadassana : Pengetahuan dan pandangan akan benda-benda sebagaimana adanya.

Yasa : Nama buruk.

Yinnanahara : Kesadaran sebagai "makanan" untuk Nama-Rupa.

Yogi : Pertapa, Orang yang berlatih yoga(meditator).

Yoga : Meditasi.

Yojana : Ukuran jauh (kira-kira 7 Mil).

Yoni : Rahim, Jenis kelahiran.

Semoga bermanfaat,

Salam Metta,

Sabbe satta bhavantu sukhitatta

Semoga semua makhluk berbahagia